

**STUDI KOMPARASI KONSEP ZAKIAH DARADJAT DAN  
DADANG HAWARI TENTANG GANGGUAN MENTAL  
DAN PENANGGULANGANNYA**



**SKRIPSI**

untuk memenuhi sebagian persyaratan  
mencapai derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I)

**Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)**

**AWALUDIN HARIS  
1101024**

**FAKULTAS DA'WAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2008**

## NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (eksemplar)

Hal : Persetujuan Naskah  
Usulan Skripsi

Kepada

Yth. Bapak Dekan Fakultas Da'wah  
IAIN Walisongo Semarang

*Assalamualaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Awaludin Haris

NIM : 1101024

Jurusan : DA'WAH /BPI

Judul Skripsi : **STUDI KOMPARASI KONSEP ZAKIAH  
DARADJAT DAN DADANG HAWARI TENTANG  
GANGGUAN MENTAL DAN  
PENANGGULANGANNYA**

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 23 Mei 2008

Pembimbing,

Bidang Substansi Materi,

Bidang Metodologi & Tatatulis,

**Drs. H. Machasin,MSi**  
**NIP. 150 198 880**

**Safrodin M.Ag.**  
**NIP. 150 327 108**

**SKRIPSI**  
**STUDI KOMPARASI KONSEP ZAKIAH DARADJAT DAN**  
**DADANG HAWARI TENTANG GANGGUAN MENTAL**  
**DAN PENANGGULANGANNYA**

Disusun oleh  
Awaludin Haris  
1101024

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal: 03 Juli 2008  
dan dinyatakan telah lulus memenuhi sarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji/  
Dekan/Pembantu Dekan,

**Drs. Ali Murtadho M.Pd**  
**NIP. 150 277 103**

Sekretaris Dewan Penguji/  
Pembimbing,

**Drs. H. Machasin,MSi.**  
**NIP. 150 198 880**

Anggota Penguji,

**Drs. H. Djasadi M.Pd**  
**NIP. 150 057 618**

**Komarudin, M Ag.**  
**NIP. 150 299 489**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka

Semarang, 23 Mei 2008  
Tanda tangan,

**Awaludin Haris**  
**NIM: 1101024**

## MOTTO

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ {28}  
الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ (الرعد: 28-29)

Artinya:”(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram. Orang-orang yang beriman, beramal shaleh bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik”.(QS. Al-Ra’d (13): 28-29).

## **PERSEMBAHAN**

- ❖ Bapak dan ibuku tercinta (Bapak Sofyan dan Ibu Romdhonah),  
terimakasih atas kasih sayang dan perhatian serta doanya sehingga dapat  
sukses dalam hidup ini.
- ❖ Istriku (Dewi Witayani) yang selalu mendampingi dalam suka dan duka.
- ❖ Anakku (Adik M. Zuka Alfinnawa) dalam dirimu kutemukan motivasi  
dalam hidup...semoga menjadi anak yang sholehah..amin
- ❖ Adik-adikku (Andriya, Tutik, Afriya Sofi) semoga menjadi anak yang  
soleh sholehah
- ❖ Teman-teman (Murtadho, Arif, Khnaif, Zaenal, dan Dimas), angkatan  
2001, serta yang tak dapat kusebutkan satu persatu seperjuangan dalam  
meraih cita dan asa.

**Awaludin Haris**

## ABSTRAKSI

Skripsi ini disusun oleh Awaludin Haris (NIM 1101024) dengan pembimbing Drs. H. Machasin, MSi (bidang substansi materi) dan Syafruddin, M.Ag (bidang metodologi dan tatatulis). Skripsi ini berjudul "*Studi Komparasi Konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya*". Kata Kunci: Gangguan Mental dan Penanggulangannya.

Metode penulisan ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Sumber primernya adalah karya Daradjat yang berjudul: *Kesehaan Mental* dan Hawari yang berjudul: *Al-Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Sumber sekunder berupa karya Zakiah Daradjat dan karya Dadang Hawari yang lain. Adapun pengambilan data menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*), sedangkan metode analisis yang digunakan adalah metode analisis komparatif.

Hasil temuan menunjukkan bahwa menurut Daradjat untuk menanggulangi gangguan mental adalah dengan mempertebal keimanan. Dalam buku tersebut diungkapkan tentang arti pentingnya keimanan atau ketauhidan dalam membentuk gangguan mental seseorang. Pokok-pokok keimanan yang diwajibkan bagi umat Islam, sangat penting artinya dalam menanggulangi gangguan mental, karena keimanan memupuk dan mengembangkan fungsi-fungsi jiwa dan memelihara keseimbangannya serta menjamin ketenteraman batin. Menurut Hawari, dari berbagai penelitian yang telah dilakukan oleh para pakar dapat disimpulkan bahwa untuk menanggulangi gangguan mental adalah melalui pelaksanaan rukun iman yang berjumlah enam dan melalui pengamalan lima rukun Islam.

Persamaan konsep Daradjat dan Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya yaitu kedua tokoh itu mengakui bahwa tentang gangguan mental dan penanggulangannya adalah dengan agama, khususnya memperkuat keimanan. Adapun perbedaannya yaitu pertama, Daradjat telah dengan baik dapat menjelaskan secara rinci tentang bagaimana caranya beriman kepada Allah Swt itu supaya betul-betul menenteramkan batin. Sedangkan Dadang Hawari tidak menjelaskan bagaimana caranya agar orang bisa dengan mudah mengimani rukun iman yang keenam itu. Perbedaan lainnya yaitu pendekatan yang digunakan. Dilihat dari perspektif bimbingan konseling Islam, maka konsep iman/tauhid dalam menanggulangi gangguan mental menurut kedua tokoh tersebut sangat relevan dengan tujuan bimbingan konseling Islam yaitu membantu individu sebagai klien yang belum atau sudah terkena masalah menjadi manusia seutuhnya dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Rekomendasi: dengan memperhatikan konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya, maka komitmen agama, khususnya mengimplementasikan rukun iman yang berjumlah enam, maka dapat menanggulangi gangguan mental. Atas dasar itu, konsep kedua tokoh hendaknya dapat dijadikan pedoman dalam menanggulangi gangguan mental. Pedoman tersebut sangat berguna baik bagi konselor, masyarakat maupun kalangan akademisi.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Segala puji bagi Allah yang Maha Pengasih dan Penyayang yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat, dan hidayah-Nya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya skripsi dengan judul ”***STUDI KOMPARASI KONSEP ZAKIAH DARADJAT DAN DADANG HAWARI TENTANG GANGGUAN MENTAL DAN PENANGGULANGANNYA***”. Karya skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I) bidang jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang. Shalawat serta salam semoga selalu terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabatnya, dan orang-orang yang mengikuti jejak perjuangannya.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Rektor IAIN Walisongo, yang telah memimpin lembaga tersebut dengan baik
2. Bapak Drs. H.M. Zain Yusuf, M.M., selaku Dekan Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.
3. Bapak Drs. H. Machasin, MSi., selaku dosen wali studi sekaligus sebagai pembimbing I serta Bapak Safrodin M.Ag. selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan membimbing dengan keikhlasan dan kebijaksanaannya meluangkan waktu, waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan pengarahan-pengarahan hingga terselesaikannya skripsi ini.
4. Seluruh dosen, staf dan karyawan di lingkungan civitas akademik Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan yang baik serta membantu kelancaran penulisan skripsi ini.



5. Kepala perpustakaan IAIN Walisongo Semarang serta pengelola perpustakaan Fakultas Dakwah yang telah memberikan pelayanan perpustakaan dengan baik.
6. Ayahanda dan Ibunda yang tercinta, adinda.
7. Teman-temanku mahasiswa IAIN Walisongo Semarang, khususnya kepada mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang. Terutama ditujukan kepada teman-temanku di jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan yang ideal dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca pada umumnya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 23 Mei 2008

Penulis

## **DAFTAR ISI**

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN NOTA PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAKSI.....</b>	<b>vii</b>
<b>HALAMAN KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>HALAMAN DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Perumusan Masalah .....	4
1.3. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	5
1.4. Tinjauan Pustaka .....	5
1.5. Metode Penelitian.....	9
1.6. Sistematika Penulisan .....	12
<b>BAB II : GANGGUAN MENTAL DAN PENANGGULANGANNYA</b>	
2.1. Gangguan Mental .....	14
2.1.1. Pengertian Gangguan Mental .....	14
2.1.2. Beberapa Kejadian yang menyebabkan Gangguan Mental.....	17
2.2. Bimbingan dan Konseling Islam .....	20
2.2.1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam .....	20
2.2.2. Dasar Pijakan dan Azas-Azas Bimbingan dan Konseling Islam .....	23
2.2.3. Tujuan dan Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam .....	28

### **BAB III: KONSEP ZAKIAH DARADJAT DAN DADANG HAWARI**

#### **TENTANG GANGGUAN MENTAL DAN**

#### **PENANGGULANGANNYA**

3.1. Zakiah Daradjat .....	35
3.1.1. Biografi dan Karyanya .....	35
3.1.2. Konsep Zakiah Daradjat tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya .....	40
3.2. Dadang Hawari .....	47
3.2.1. Biografi dan Karya-karyanya .....	47
3.2.2. Konsep Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya .....	52

### **BAB IV: GANGGUAN MENTAL DAN PENANGGULANGANNYA**

4.1. Analisis tentang Bentuk dan Fenomena Gangguan Mental .....	67
4.2. Analisis Diagnosis Penyebab Gangguan Mental .....	70
4.3. Analisis Terapi dan Penanggulangan Gangguan Mental .....	72
4.4. Persamaan dan Perbedaan Konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya .....	83
4.5. Konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya ditinjau dari Bimbingan dan Konseling Islam .....	85

### **BAB V : PENUTUP**

5.1. Kesimpulan .....	92
5.2. Saran-Saran .....	94
5.3. Penutup .....	94

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

### **RIWAYAT HIDUP**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Modernisasi yang ditandai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, telah banyak membawa perubahan bagi masyarakat dalam cara berfikir, bersikap, dan bertindak laku dalam kehidupan sehari-hari. Perubahan tersebut membawa konsekuensi positif sekaligus berdampak negatif.

Keberhasilan dunia modern juga menunjukkan suatu perubahan yang fantastis. Kemajuan di bidang industri telah banyak menghasilkan peralatan yang canggih, sehingga kebutuhan yang bersifat jasmaniah dapat dengan mudah terpenuhi. Akan tetapi suatu kenyataan telah membuktikan bahwa hasil kemajuan seringkali tidak membawa ketenangan dan kebahagiaan hidup, bahwa sebaliknya membawa pada kesengsaraan psikis. Kiranya tepat seperti apa yang diungkapkan oleh Daradjat (1976: 6) bahwa tragedi psikis terjadi antara lain akibat dari pengembangan ilmu pengetahuan yang berjalan cepat akan tetapi tidak dibarengi dengan agama. Pengaruh pengembangan pengetahuan telah membawa pada perkembangan dan kemajuan di bidang teknologi, tetapi juga membawa lenyapnya orang pada kepercayaan agama yang dulu diyakini dan menjadikannya sebagai pengendalian tingkah laku dan sikap dalam hidup.

Realitas berbicara bahwa dampak globalisasi dengan industrialisasi yang begitu merebak mengakibatkan pergeseran nilai dan orientasi masyarakat

yakni semakin nampak gaya hidup konsumtif, materialistis, dan individualistis. Hal ini antara lain disebabkan semakin berkembangnya masyarakat ke arah masyarakat terbuka yang dengan bebas menerima dan menyerap budaya luar serta arus informasi yang masuk tidak dapat terkendali dan kurang kontrol.

Zakiah Daradjat berpendapat bahwa semakin maju suatu masyarakat, semakin banyak yang harus diketahui orang dan semakin sulit untuk mencapai ketenangan dan kebahagiaan hidup, sebab kebutuhan manusia semakin meningkat, semakin banyak persaingan dan perebutan kesempatan keuntungan (Daradjat, 1983: 12). Semakin maju masyarakat semakin besar kemungkinannya mengorbankan orang lain untuk mendapatkan apa yang diharapkan, dan kondisi ini bisa berubah terus sehingga bisa membolehkan segala cara dalam mencapai ambisinya.

Sejalan dengan itu, El Quussiy (1974: 12) mengemukakan kecemasan dan ketidak tenangan jiwa yang dialami oleh masyarakat modern membawa implikasi yang disebut *substantif destruktif*, yaitu suatu tindakan yang mengarah pada tindakan negatif. Tindakan ini terlihat misalnya pembunuhan dan perang fisik dan ideologi yang hanya menyengsarakan rakyat kecil dan tak berdosa. Masyarakat yang demikian sudah tidak lagi memikirkan orang lain melainkan hanya untuk kepentingan pribadi dan kelompoknya.

Problem yang telah diutarakan tersebut, dalam dunia psikologi, terdapat bidang khusus yang membahasnya, yaitu *mental disorder*. Menurut Kartono (1981: 257), *mental disorder* adalah bentuk gangguan dan kekacauan

fungsi mental (kesehatan mental), disebabkan oleh ketegangan-ketegangan, dan ketidak mampuan menyesuaikan diri sehingga muncul gangguan fungsi atau gangguan struktur pada satu bagian, satu organ, atau sistem kejiwaan. Gangguan mental itu bisa bersifat sederhana atau ringan dan dapat juga bersifat berat dalam mengatasinya. Gangguan ini merupakan totalitas kesatuan daripada ekspresi mental yang patologis terhadap stimuli sosial, dikombinasikan dengan faktor-faktor penyebab sekunder lainnya. Seperti halnya rasa-rasa pusing, sesak nafas, demam panas dan nyeri-nyeri pada lambung sebagai pertanda permulaan daripada penyakit jasmaniah, maka mental *disorder* itu mempunyai pertanda awal, antara lain ialah: cemas-cemas, ketakutan, pahit hati, dengki, apatis, cemburu, dengki, iri, marah-marah secara eksplosif, a-sosial, ketegangan khronis, dan lain-lain. Ringkasnya, kekacauan/kekalutan mental merupakan bentuk gangguan pada ketenangan batin dan harmoni dari struktur kepribadian. Dadang Hawari dalam bukunya: *Dimensi Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi; Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, menyatakan bahwa dua studi epidemiologik yang dilakukan oleh ilmuan Lindenthal (1970) dan Star (1971), menunjukkan bahwa mereka (penduduk) yang religius (beribadah, berdoa, dan berzikir) resiko untuk mengalami stres, cemas, dan depresi jauh lebih kecil daripada mereka yang tidak religius dalam kehidupan sehari-harinya (Hawari, 2002: 116). Dari berbagai penelitian yang telah dilakukan oleh para pakar (, dapat disimpulkan bahwa (1) komitmen agama dapat mencegah dan melindungi seseorang dari penyakit, meningkatkan kemampuan mengatasi

penyakit dan mempercepat penyembuhan (dengan catatan terapi medis diberikan sebagaimana mestinya); (2) agama lebih bersifat protektif dan pencegahan; (3) komitmen agama mempunyai hubungan yang signifikan dan positif dengan keuntungan klinis (Hawari, 1999: 429-430).

Zakiah Daradjat mengungkapkan tentang arti pentingnya keimanan atau ketauhidan dalam mencegah gangguan mental seseorang. Pokok-pokok keimanan yang diwajibkan bagi umat Islam, sangat penting artinya dalam menanggulangi gangguan mental, karena keimanan memupuk dan mengembangkan fungsi-fungsi jiwa dan memelihara keseimbangannya serta menjamin ketenteraman batin (Daradjat, 1982: 101). Masalah yang muncul sejauhmana solusi kedua tokoh tersebut ditinjau dari perspektif bimbingan dan konseling Islam. Untuk itu harapan dari penelitian ini adalah dapat menjawab masalah tersebut sehingga nantinya tulisan ini dapat dijadikan sumbangsih dalam kerangka kepentingan akademik dan masyarakat luas. Dari uraian di atas mendorong minat penulis mengangkat tema ini dengan judul “*Studi Komparasi Konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya*”.

## **1.2.Perumusan Masalah**

Menyimak latar belakang sebelumnya, maka yang menjadi perumusan masalah adalah:

- 1.2.1. Bagaimana konsep psikologi (Zakiah Daradjat) dan menurut tinjauan psikiatri (Dadang Hawari) tentang gangguan mental?

- 1.2.2. Bagaimana konsep penanggulangan (prevensi) terhadap gangguan mental menurut pandangan psikologi dan psikiatri?

### **1.3.Tujuan dan Manfaat penelitian**

Tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk menguji tingkat akurasi konsep psikologi (Zakiah Daradjat) dan menurut tinjauan psikiatrik (konsep Dadang Hawari) tentang gangguan mental dan penanggulangannya
2. Mengembangkan model dakwah dengan pendekatan Bimbingan Konseling Islami.

Manfaat penelitian dapat dilihat dari dua segi :

1. Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan mampu mengembangkan teori dan metodologi dakwah dengan model Bimbingan Konseling Islami
2. Secara praktis, hasil studi komparatif ini diharapkan dapat dijadikan model dalam melakukan Bimbingan Konseling Islami, terutama untuk membangun kepribadian ummat yang sehat mentalnya sesuai dengan konsep Islam.

### **1.4.Tinjauan Pustaka**

Berdasarkan penelusuran di perpustakaan, ada beberapa karya yang judulnya hampir serupa dengan penelitian ini meskipun tidak secara khusus membahas gangguan mental perspektif Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari.

Karya yang dimaksud antara lain:

*Pertama*, skripsi yang disusun Aryo Bimo tahun 2004 berjudul: *Konsep Konseling Islam dalam Mengatasi Mental Disorder Pada Masyarakat Modern (Studi Analisis Pemikiran Prof. DR. Zakiah Daradjat)*. Pada intinya



kesimpulan skripsi itu mengungkapkan bahwa mental disorder adalah bentuk gangguan, dan kekacauan fungsi mental yang berakibat terhadap gangguan mental, disebabkan oleh kegagalan mereaksi mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan/mental terhadap stimuli ekstern dan ketegangan-ketegangan; sehingga muncul gangguan fungsional atau gangguan struktural dari satu bagian, satu orang, atau sistem kejiwaan/mental.

Bermacam-macam pengaruh sosial, kebudayaan dan ekonomi, ditambah dengan faktor-faktor politis dan militer yang tidak menguntungkan bisa menstimulir tumbuhnya berbagai masalah sosial; dan secara langsung mempengaruhi sikap hidup kelompok-kelompok sosial dan perorangan. Selanjutnya bisa menimbulkan banyak konflik batin dan ketegangan emosional.

*Kedua*, skripsi yang disusun oleh Encep Warsoyo tahun 2005 berjudul: *Konsep Konseling Islam Dalam Mengatasi Schizophrenia (Studi Analisis Pemikiran Prof. Zakiah Daradjat)*. *Schizophrenia* adalah penyakit jiwa yang paling banyak terjadi dibandingkan dengan penyakit jiwa lainnya. Penyakit ini menyebabkan kemunduran kepribadian pada umumnya, yang biasanya mulai tampak pada masa puber, dan yang paling banyak menderita adalah orang berumur antara 15-30 tahun. Dengan kata lain *schizophrenia* kepribadian yang terbelah (*split of personality*). Dahulu, kelainan jenis ini dinamakan *dementia precox*, yang artinya kemunduran dalam salah satu aspek kepribadian sebelum dewasa. Hal ini memang disebabkan karena kelainan-kelainan jenis ini umumnya terjadi pada orang-orang muda

*Ketiga*, skripsi yang disusun oleh Rifa'i, tahun 2005 dengan judul: *"Implementasi Tauhid Bagi Gangguan mental dalam Tinjauan Bimbingan Konseling Islam (Studi Pemikiran Dadang Hawari)"*. Pada intinya penyusun skripsi ini menyatakan: menurut Dadang Hawari peranan tauhid sangat penting dalam memelihara dan membentuk gangguan mental seseorang. Dadang Hawari menghubungkan tauhid dengan rukun iman yang berjumlah enam. Dalam pemikirannya bila seseorang menjalankan dan menyakini serta menghayati rukun iman yang berjumlah enam sangat mustahil mentalnya terganggu. Justru sebaliknya orang yang beriman bisa dipastikan memiliki mental yang sehat. Orang yang beriman kepada rukun iman yang berjumlah enam itu dengan sangat yakin serta penghayatan yang dalam maka bukan tidak mungkin bahkan merupakan kepastian bahwa mentalnya akan senantiasa sehat.

Gangguan mental menurut Dadang Hawari jika diimplementasikan (diwujudkan) dalam bentuk yang konkrit maka ada relevansinya dengan bimbingan dan konseling Islam. Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa konsep pemikiran Dadang Hawari sesuai tujuan bimbingan dan konseling Islami yaitu membantu individu atau klien yang sedang terkena masalah atau belum terkena masalah untuk menjadi manusia seutuhnya dan bertakwa kepada Tuhan menuju kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

*Keempat*, Skripsi yang berjudul: *Konsep Dadang Hawari tentang Pendidikan Anak* disusun oleh Falihah 2007. Menurut Dadang Hawari, makna pendidikan tidaklah semata-mata kita menyekolahkan anak ke sekolah untuk

menimba ilmu pengetahuan, namun lebih luas daripada itu. Seorang anak akan tumbuh berkembang dengan baik manakala ia memperoleh pendidikan yang paripurna (komprehensif), agar ia kelak menjadi manusia yang berguna bagi masyarakat, bangsa, negara, dan agama. Anak yang demikian ini adalah anak yang sehat dalam arti luas, yaitu sehat fisik, mental-emosional, mental-intelektual, mental-sosial dan mental-spiritual. Pendidikan itu sendiri sudah harus dilakukan sedini mungkin di rumah maupun di luar rumah, formal di institut pendidikan dan non formal di masyarakat. Menurut Dadang Hawari, berbicara soal pendidikan anak, menurut Dadang Hawari menyangkut tiga hal pokok, yaitu: (1) aspek kognitif; (2) aspek afektif dan (3) aspek psikomotor.

*Kelima*, skripsi yang disusun oleh Siti Yulaikhah tahun 2006 berjudul: *Efek Terapeutik Salat Terhadap Gangguan mental*. Menurut penyusun skripsi ini bahwa pada saat seseorang menunaikan salat, seolah-olah terbang ke atas (ruh) menghadap kepada Allah secara langsung tanpa ada perantara. Gambaran ini menunjukkan adanya dialog antara hamba dengan *khaliq*. Hal ini menunjukkan bahwa dalam salat memang benar-benar mengandung aspek terapeutik terhadap gangguan mental. Sehingga tidak mengherankan kalau Rabiah Al-Adawiyah memilih salat daripada surga, karena dalam salat ia merasa bersama dengan Allah.

Berdasarkan keterangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penelitian sebelumnya itu sangat berbeda dengan penelitian ini, karena penelitian ini hendak mengungkap gangguan mental menurut konsepsi psikolog dan menurut psikiatrik serta penanggulangannya.

## **1.5. Metode Penelitian**

### **1.5.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian**

#### **1.5.1.1 Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Dalam penelitian ini tidak menggunakan angka-angka statistik melainkan hanya dalam bentuk kata atau kalimat dengan menggambarkan konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya.

#### **1.5.1.2 Definisi Operasional**

##### **a. Gangguan mental**

Secara operasional, yang dimaksud gangguan mental yaitu suatu kondisi yang menimpa seseorang berupa gejala-gejala gangguan dan penyakit mental sehingga ia tidak dapat menyesuaikan diri, memanfaatkan segala potensi dan bakat semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan dalam hidup. Berdasarkan hal itu, maka indikator dari gangguan mental sebagai berikut:

1. adanya gangguan dan penyakit kejiwaan;
2. tidak mampu menyesuaikan diri;
3. tidak sanggup menghadapi masalah-masalah dan kegoncangan-kegoncangan biasa;

4. tidak adanya keserasian fungsi-fungsi jiwa (tidak ada konflik);
5. merasa bahwa dirinya tidak berharga, berguna dan bahagia;
6. tidak dapat menggunakan potensi yang ada padanya seoptimal mungkin;

b. Penanggulangan Gangguan Mental

Yang dimaksud penanggulangan gangguan mental yaitu suatu upaya untuk menjadikan seseorang sehat mentalnya yaitu tidak mengalami gangguan baik gangguan dalam batas yang masih bisa ditolerir maupun yang membahayakan dirinya atau orang lain

c. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling Islam adalah suatu upaya untuk membantu seseorang yang belum atau sudah terkena masalah baik dalam tingkat masalah yang masih sederhana sampai yang sudah kompleks.

### **1.5.2 Data dan Sumber Data**

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini, penulis menggunakan sumber data kepustakaan yang digunakan untuk memperoleh data teoritis yang dibahas. Untuk itu sebagai jenis datanya sebagai berikut:

- a. Buku pokok karya Zakiah Daradjat yang berjudul: *Kesehatan Mental*. Dadang Hawari yang berjudul: *Al-Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*.
- b. Buku-buku penunjang yang ada hubungannya dengan tema skripsi ini, di antaranya: Zakiah Daradjat, *Peran Agama dalam Gangguan mental; Islam dan Gangguan mental*. Dadang Hawari, *Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi*.

### **1.5.3 Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penulisan skripsi ini, pengumpulan data yang berkaitan dengan masalah yang dibahas akan dilakukan dengan jalan penelitian kepustakaan (*library research*). Pendekatan ini diaplikasikan dengan cara menelaah buku-buku yang berkaitan dengan psikologi agama dan gangguan mental, terutama pada waktu membahas landasan teori.

### **1.5.4 Teknik Analisis Data**

Dalam menyusun skripsi ini, peneliti menggunakan analisis komparatif, yang menurut Muzhar (2004: 51) merupakan analisis terhadap setiap datum atau kategori yang muncul selalu dilakukan dengan cara membandingkannya satu sama lain. Penerapan analisis ini ditempuh dengan cara membandingkan pendapat Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari untuk dicari persamaan dan perbedaan, kelebihan dan kekurangan dari konsep kedua tokoh tersebut, dan kemudian hubungannya dengan bimbingan dan konseling Islam.

## **1.6. Sistematika Penulisan**

Agar penelitian ini dapat mengarah pada tujuan yang telah ditetapkan, maka disusun sedemikian rupa secara sistematis yang terdiri dari lima bab, masing-masing memperlihatkan titik berat yang berbeda namun dalam satu kesatuan.

Bab kesatu berisi pendahuluan, merupakan gambaran umum secara global namun menyeluruh dengan memuat: latar belakang, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab kedua berisi gangguan mental dan bimbingan konseling Islam yang meliputi gangguan mental (pengertian gangguan mental, bentuk-bentuk gangguan mental). Bimbingan dan konseling Islam (pengertian bimbingan dan konseling Islam, dasar pijakan dan azas-azas bimbingan dan konseling Islam, tujuan dan fungsi bimbingan dan konseling Islam). Penanggulangan gangguan gangguan mental.

Bab ketiga berisi konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya yang meliputi Zakiah Daradjat (biografi dan karyanya, konsep Zakiah Daradjat tentang gangguan mental dan penanggulangannya), Dadang Hawari (biografi dan karya-karyanya, konsep Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya).

Bab keempat berisi analisis konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya yang meliputi analisis konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental

dan penanggulangannya, persamaan dan perbedaan Konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya, konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam.

Bab kelima merupakan penutup yang berisi: kesimpulan; saran-saran dan penutup yang dianggap penting.



## **BAB II**

### **GANGGUAN MENTAL DAN PENANGGULANGANNYA**

#### **2.1. Gangguan Mental**

##### **2.1.1. Pengertian Gangguan Mental**

Beberapa istilah yang dipakai untuk menunjukkan sebuah perilaku yang abnormal di antaranya: gangguan jiwa, gangguan mental, penyakit jiwa, gangguan psikiatrik dan gangguan psikopatologi. Di masyarakat umum terkenal istilah "gangguan saraf" (seperti juga dalam bahasa Belanda "*zenuwziekte*" atau "*zenuw inzinking*" dan dalam bahasa Inggris "*nervous breakdown*") atau "gangguan ingatan" yang berasal dari zaman dahulu sewaktu belum dapat dibedakan penyebab gangguan jiwa dari penyakit saraf (ilmu penyakit saraf = *nerologi*) (W.E. Maramis, 1980: 93).

Menurut Notosoedirjo dan Latipun (2002: 35) gangguan mental dalam beberapa hal disebut perilaku abnormal (*abnormal behavior*), yang juga dianggap sama dengan sakit mental (*mental illness*), sakit jiwa (*insanity, lunacy, madness*), selain terdapat pula istilah-istilah yang serupa, yaitu: *distress, discontrol, disadvantage, disability, inflexibility, irrationality, syndromal pattern*, dan *disturbance*. Berbagai istilah ini dalam beberapa hal dianggap sama, namun di lain pihak digunakan secara berbeda. Dalam *International Classification of Diseases* (ICD) dan "*Diagnostic and Statistical*

*Manual of Mental Disorders* (DSM) digunakan istilah "*mental disorder*" yang diterjemahkan menjadi gangguan mental.

Para ahli merumuskan pengertian gangguan mental dalam rumusan sebagai berikut:

Kartini Kartono merumuskan tentang pengertian gangguan mental dengan menyatakan, gangguan mental adalah bentuk penyakit, gangguan, dan kekacauan fungsi mental atau mental tidak sehat, disebabkan oleh kegagalan mereaksinya mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan/mental terhadap stimuli ekstern dan ketegangan-ketegangan; sehingga muncul gangguan fungsional atau gangguan struktural dari satu bagian, satu organ, atau sistem kejiwaan/mental (Kartono dan Andari, 1989: 80). Pengertian lain dikemukakan Zakiah Daradjat, bahwa gangguan mental adalah suatu kondisi dimana mental seseorang terganggu, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik. (Daradjat, 1988: 33).

Sejalan dengan itu, Yahya Jaya merumuskan gangguan mental berarti suatu peristiwa yang melekat pada diri seseorang keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan mental, maupun kejasmanian. Keabnormalan tersebut terjadi tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun gejala-

gejalanya terlihat pada fisik, tetapi disebabkan oleh keadaan jiwa dan jasmani yang terganggu. Secara garis besar keabnormalan dapat dibagi atas dua golongan, yaitu gangguan kejiwaan, dan sakit kejiwaan, atau neurosa, dan psikosa. Neurosa berkaitan dengan gangguan kejiwaan pada perasaan (*maradh nafsi*), dan psikosa dengan gangguan pikiran (*maradh 'aqli*). Gejala-gejala yang dapat dilihat dari kedua jenis gangguan kejiwaan ini antara lain ketegangan batin, rasa putus asa dan murung, gelisah, perbuatan-perbuatan yang terpaksa, histeris, rasa lemah dan tidak mampu mencapai tujuan, takut, dan pikiran-pikiran buruk yang meliputi jiwa dan kepribadian seseorang. Perbedaan antara neurosa dan psikosa terletak pada perasaan (*neurosa*), dan pikiran (*psikosa*), serta pada kepribadian penderita. Penderita *neurosa* terganggu perasaannya, tetapi ia masih mengetahui dan merasakan kesukaran yang dihadapinya, sehingga kepribadiannya tidak memperlihatkan kelainan yang berarti, dan masih berada dalam alam kenyataan. Sedangkan penderita *psikosa* pikirannya terganggu, sehingga kepribadiannya tampak tidak bulat, karena integritas kehidupannya tidak berada dalam alam kenyataan yang sesungguhnya (Jaya, 1995: 21).

DSM-IV (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) merumuskan gangguan mental sebagai sindroma atau pola perilaku atau psikologis yang terjadi pada individu dan sindroma itu dihubungkan dengan adanya: (1) distress (misalnya *symptom*

menyakitkan) atau (2) *disability* artinya ketidakmampuan (misalnya tak berdaya pada satu atau beberapa bagian penting dari fungsi tertentu), atau (3) peningkatan risiko secara bermakna untuk mati, sakit, ketidakmampuan, atau kehilangan kebebasan (APA, 1994/*American Psychiatric Association*) (Notosoedirjo dan Latipun, 2002: 35).

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa gangguan mental dimaknakan sebagai keadaan adanya kurangnya dalam hal kesehatan mental. Dari pengertian ini, orang yang menunjukkan kurang dalam hal kesehatan mentalnya, maka dimasukkan sebagai orang yang mengalami gangguan mental.

### **2.1.2. Beberapa Kejadian yang Menyebabkan Gangguan Mental**

Menurut Kartono (1989: 67 – 68) beberapa kejadian yang bisa menyebabkan anak *mental disorder* demikian banyak, namun di antaranya yang paling dominan yaitu:

*Pertama*, cacat jasmaniah. Anak-anak yang mempunyai cacat badaniah, biasanya merasa sangat malu dan menderita batinnya. Hari depannya serasa gelap tanpa harapan, dan dirinya selalu dibayangi oleh ketakutan dan kebimbangan, sehingga kondisi sistem syarafnya selalu dalam keadaan tegang dan kacau. Timbullah rasa rendah diri, tidak mempunyai kepercayaan diri, dan merasa diri selalu gagal dalam setiap usaha. Tidak pernah timbul kebenaran untuk berbuat sesuatu atau berprestasi. Semangatnya jadi patah, ambisinya musnah, dan selalu saja

dibayangi kecemasan yang irrasional. Perasaan-perasaan negatif/minder ini, seringkali mengganggu mentalnya, dan kacau kehidupan emosionalnya. Dia menjadi mudah tersinggung, cepat bersedih hati dan berputus asa, mudah merasa terhina. Sering merasa berdosa, karena mengira kecacatannya adalah produk dosa orang tuanya, atau sebagai akibat karma diri sendiri. Ada kalanya mereka mengadakan kompensasi dengan tingkah laku menyimpang, misalnya, menjadi sangat agresif, sadistik, kriminal dan psikopatis (Kartono, 1983: 284).

*Kedua*, Lingkungan sekolah yang tidak menguntungkan. Seringkali kondisi sekolah itu kurang menguntungkan bagi perkembangan jasmani dan rohani anak. Berjam-jam lamanya anak-anak harus melakukan "aktivitas tertekan/*regimented activities*"; tidak boleh omong, dilarang bergerak, harus bersikap manis, duduk baik-baik, sehingga sangat menjemukan dan menjengkelkan hati anak. Kurikulum selalu saja berganti-ganti, sehingga mengacaukan pikiran anak-anak dan para guru. Materi pelajaran banyak yang dangkal, atau terlalu sulit, dan tidak menarik minat anak, karena tidak sesuai dengan aspirasi anak, tidak ada kaitannya dengan kebutuhan dan perkembangan anak. Bangunan sekolah tidak memenuhi persyaratan (gelap, kurang ventilasi, kurang penerangan, tidak memiliki kamar mandi dan WC, bangku-bangku tidak sesuai dengan kondisi jasmani anak, dan lain-lain); juga tidak memiliki halaman yang cukup luas untuk bermain. Sedang waktu istirahat sangat pendek, sehingga anak-anak kurang cukup

beristirahat. Ditambah lagi dengan sikap guru-guru yang kurang/tidak simpatik dan tidak memiliki dedikasi pada profesi, karena ada komersialisasi jabatan guru/dosen. Ditaksir kurang lebih 15 - 40 % dari guru-guru dan dosen-dosen kita adalah neurotis, dengan temperamen antara lain : apatis, tidak simpatik, eksplosif kurang kontrol-diri, ironis, sarkatis; sering dipenuhi rasa-rasa tegang dan nerveus. Banyak pula yang kurang sabar, bersikap tidak bersahabat, suka menghukum, menyulitkan murid-murid dan mahasiswanya dalam ulangan/ujian dan tentamen-tentamen (sebab sewaktu dia masih bersekolah dan berkuliah, sulit lulusnya). Kurang memiliki *sense of humor*. Suaranya menjemukan, atau tinggi melengking menyengat telinga; ada yang selalu bergumam di mulut, kurang jelas ucapan-ucapannya. Emosinya kurang stabil; suka merendahkan martabat murid dan mahasiswanya (Kartono, 1983: 285).

Kondisi-kondisi yang kurang menguntungkan ini mengakibatkan anak-anak tidak suka bersekolah. Mereka tidak menyenangi iklim sekolahan dan guru-gurunya. Mereka merasa "dipaksa" tinggal dalam kelas, dan jadi tidak betah di sekolah. Namun demikian mereka tidak berani melarikan diri atau "kabur", karena takut akan kemarahan orang tua dan guru-guru. Banyak dari mereka merasa sedih hati, sabar, jadi acuh tak acuh, tidak bersemangat belajarnya; bahkan menderita batin berada di sekolahan. Lalu timbullah banyak gangguan emosional dan konflik batin; juga konflik dengan guru-guru dan kawan sekolah. Semua

ini condong menjerumuskan anak-anak pada kekalutan mental (*mental disorder*) (Kartono, 1983: 286).

*Ketiga*, Pengaruh buruk dari orang tua. Menurut (Kartono, 1983: 286), keluarga memberikan pengaruh yang menentukan kepada pembentukan watak dan kepribadian anak. Keluarga sebagai unit sosial terkecil memberikan stempel dan fundasi dasar bagi perkembangan anak. Maka tingkah laku neurotis, psikotis atau kriminil dari orang tua atau salah seorang anggota keluarga, bisa memberikan *impact*/pengaruh yang menular dan *infeksius* pada lingkungannya; khususnya kepada anak-anak. Anak Seorang pencuri biasanya juga akan menjadi pencuri; anak ibu yang neurotis pada galibnya juga menjadi neurotis. Hal ini disebabkan karena kebiasaan mencuri dan pola tingkah laku keseharian yang neurotis itu mengkondisionir tingkah laku dan sikap hidup para anggota keluarga lainnya. Jadi, ada proses pengkondisian.

## **2.2. Bimbingan dan Konseling Islam**

### **2.2.1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam**

Pengertian harfiyyah “bimbingan” adalah menunjukkan, memberi jalan, atau menuntun” orang lain ke arah tujuan yang bermanfaat bagi hidupnya di masa kini dan masa mendatang. Istilah “bimbingan” merupakan terjemahan dari kata bahasa Inggris “*guidance*” yang berasal dari kata kerja “*to guide*” yang berarti “menunjukkan” (Arifin, 1994: 1).

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa latin yaitu “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan” (Prayitno dan Amti, 2004: 99)

Konseling diartikan sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara *konseling* oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. (Priyatno dan Amti, 1999: 93-94). Menurut Mappiare, (1996: 1) konseling (*counseling*), kadang disebut penyuluhan karena keduanya merupakan bentuk bantuan. Ia merupakan suatu proses pelayanan yang melibatkan kemampuan profesional pada pemberi layanan. Ia sekurang-kurangnya melibatkan pula orang kedua, penerima layanan, yaitu orang yang sebelumnya merasa ataupun nyata-nyata tidak dapat berbuat banyak dan setelah mendapat layanan menjadi dapat melakukan sesuatu.

Menurut Natawidjaja (1972: 11) bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara terus-menerus (*continue*) supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah,



keluarga, dan masyarakat. Dengan demikian dia dapat mengecap kebahagiaan hidupnya serta dapat memberikan sumbangan yang berarti kepada kehidupan masyarakat umumnya.

Menurut Walgito (1989: 4), “Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghadapi atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya”

Dengan memperhatikan rumusan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan pemberian bantuan yang diberikan kepada individu guna mengatasi berbagai kesukaran di dalam kehidupannya, agar individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

Dalam tulisan ini, bimbingan dan konseling yang di maksud adalah yang Islami, maka ada baiknya kata Islam diberi arti lebih dahulu. Menurut etimologi, Islam berasal dari bahasa Arab, terambil dari asal kata *salima* yang berarti selamat sentosa. Dari asal kata itu dibentuk kata *aslama* yang artinya memelihara dalam keadaan selamat sentosa, dan berarti juga menyerahkan diri, tunduk, patuh dan taat. Kata *aslama* itulah menjadi pokok kata Islam mengandung segala arti yang terkandung dalam arti pokoknya, sebab itu orang yang melakukan *aslama* atau masuk Islam dinamakan *muslim* (Razak, 1986: 56). Secara terminologi sebagaimana dirumuskan oleh Harun

Nasution, Islam adalah agama yang ajaran-ajarannya diwahyukan Tuhan kepada masyarakat manusia melalui Nabi Muhammad SAW sebagai Rasul (Nasution, 1985: 24).

Bertitik tolak dari uraian tersebut, maka yang di maksud bimbingan Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Sedang *konseling Islam* adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat (Musnamar, 1992: 5).

### **2.2.2. Dasar Pijakan dan Azas-Azas Bimbingan dan Konseling**

#### **Islam**

Dalam bahasa Arab, kata konseling disebut dengan *al-irsyad*, dalam hal ini *al-irsyad* dimaksudkan sebagai bimbingan, pengarahan konselor kepada klien/konseli untuk membantu menyelesaikan masalah (Akhyar Lubis, 2007: 30). Adapun Yang menjadi dasar pijakan utama bimbingan dan *konseling Islam* adalah al-Qur'an dan hadis. Keduanya merupakan sumber hukum Islam atau dalil-dalil hukum (Khallaf, 1978: 10).

Sebagaimana Rasulullah SAW bersabda :

عَنْ مَالِكٍ أَنَّهُمْ بَلَغَهُمْ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ تَرَكْتُ  
فِيكُمْ أَمْرَيْنِ لَنْ تَضِلُّوا أَبَدًا مَا تَمَسَّكْتُمَا بِهِمَا كِتَابَ اللَّهِ وَسُنَّةَ نَبِيِّهِ (رواه  
مسلم)

Artinya: Dari Malik sesungguhnya Rasulullah bersabda: Aku tinggalkan untuk kalian dua perkara atau pusaka, kalian tidak akan tersesat selama-lamanya, selama kalian berpegang kepada keduanya; kitabullah (Qur'an) dan Sunnah Rasulnya (HR Muslim) (Muslim, 1967: 35)

Dalam al-Qur'an Allah berfirman:

...وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا... (الحشر: 7)

Artinya: Apa yang diberikan Rasul kepadamu, maka terimalah dia. Dan apa yang dilarangnya bagimu maka tinggalkanlah (Q.S. Al-Hasyr:7) (Depag RI, 1978: 915)

Al-Qur'an dan hadis merupakan landasan utama yang dilihat dari sudut asal-usulnya, merupakan landasan *naqliyah*. Ada landasan lain yang dipergunakan oleh bimbingan dan konseling Islam yang sifatnya *aqliyah* yaitu filsafat dan ilmu, dalam hal ini filsafat Islam dan ilmu atau landasan ilmiah yang sejalan dengan ajaran Islam.

Adapun asas-asas atau prinsip-prinsip bimbingan dan konseling Islam terdiri dari:

#### 1. Asas-asas kebahagiaan di dunia dan akhirat

Bimbingan dan konseling Islam tujuan akhirnya adalah membantu klien, atau konseling, yakni orang yang dibimbing, mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap muslim.

#### 2. Asas fitrah

Bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan kepada klien atau konseling untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut.

### 3. Asas “*lillahi ta’ala*”

Bimbingan dan konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah. Konsekuensi dari asas ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan, tanpa pamrih, sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta bimbingan dan atau konseling pun dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah karena dan untuk pengabdian kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdikan pada-Nya.

### 4. Asas Bimbingan seumur hidup

Manusia hidup betapapun tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia, dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itulah maka bimbingan dan konseling Islam diperlukan selama hayat dikandung badan.

### 5. Asas kesatuan jasmaniah-rohaniyah

Seperti telah diketahui dalam uraian mengenai citra manusia menurut Islam, manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah-rohaniyah. Bimbingan dan konseling Islam

memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniyah tersebut, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohaniyah semata.

#### 6. Asas keseimbangan rohaniyah

Rohani manusia memiliki unsur daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu serta juga akal. Kemampuan ini merupakan sisi lain kemampuan fundamental potensial untuk: (1) mengetahui (=”mendengar”), (2) memperhatikan atau menganalisis (=”melihat”; dengan bantuan atau dukungan pikiran), dan (3) menghayati (=”hati” atau *af’idah*, dengan dukungan kalbu dan akal).

#### 7. Asas kemaujudan individu (eksistensi)

Bimbingan dan konseling Islami, memandang seorang individu merupakan maujud (eksistensi) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial rohaniyahnya.

#### 8. Asas sosialitas manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini diakui dan diperhatikan dalam bimbingan dan konseling Islami. Pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan pada diri sendiri dan orang lain, rasa memiliki dan dimiliki, semuanya merupakan aspek-aspek yang

diperhatikan di dalam bimbingan dan konseling Islam, karena merupakan ciri hakiki manusia (Faqih, 2002: 200)

#### 9. Asas kekhalifahan manusia

Manusia, menurut Islam diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar, yaitu sebagai pengelola alam semesta (*"khalifatullah fil ard"*). Dengan kata lain, manusia dipandang sebagai makhluk berbudaya yang mengelola alam sekitar sebaik baiknya. Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidakseimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri. bimbingan dan fungsinya tersebut untuk kebahagiaan dirinya dan umat manusia.

10. Asas keselarasan dan keadilan. Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi.
11. Asas pembinaan akhlakul karimah, manusia menurut pandangan Islam memiliki sifat-sifat yang baik (mulia). Sekaligus mempunyai sifat-sifat lemah.
12. Asas kasih sayang. Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa kasih sayang dari orang lain.
13. Asas saling menghargai dan menghormati. Dalam bimbingan dan konseling Islam kedudukan pembimbing atau konselor dengan yang dibimbing sama atau sederajat.

14. Asas musyawarah. Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah.
15. Asas keahlian, bimbingan dan konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan keahlian dibidang tersebut.(Musnamar, 1992: 20-33).

### **2.2.3. Tujuan dan Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam**

Secara garis besar atau secara umum tujuan Bimbingan dan Konseling Islam itu dapat dirumuskan sebagai membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Bimbingan dan Konseling sifatnya hanya merupakan bantuan, hal ini sudah diketahui dari pengertian atau definisinya. Individu yang dimaksudkan di sini adalah orang yang dibimbing atau diberi konseling, baik orang perorangan maupun kelompok. Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakekatnya sebagai manusia untuk menjadi manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah (makhluk religius), makhluk individu, makhluk sosial, dan sebagai makhluk berbudaya.

Dalam perjalanan hidupnya, karena berbagai faktor, manusia bisa seperti yang tidak dikehendaki yaitu menjadi manusia seutuhnya. Dengan kata lain yang bersangkutan berhadapan dengan masalah atau problem, yaitu menghadapi adanya kesenjangan antara seharusnya (ideal) dengan

yang senyatanya. Orang yang menghadapi masalah, lebih-lebih jika berat, maka yang bersangkutan tidak merasa bahagia. Bimbingan dan konseling Islam berusaha membantu individu agar bisa hidup bahagia, bukan saja di dunia, melainkan juga di akhirat. Karena itu, tujuan akhir bimbingan dan konseling Islam adalah kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Bimbingan dan konseling Islam berusaha membantu jangan sampai individu menghadapi atau menemui masalah. Dengan kata lain membantu individu mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. Bantuan pencegahan masalah ini merupakan salah satu fungsi bimbingan. Karena berbagai faktor, individu bisa juga terpaksa menghadapi masalah dan kerap kali pula individu tidak mampu memecahkan masalahnya sendiri, maka bimbingan berusaha membantu memecahkan masalah yang dihadapinya itu. Bantuan pemecahan masalah ini merupakan salah satu fungsi bimbingan juga, khususnya merupakan fungsi konseling sebagai bagian sekaligus teknik bimbingan. (Musnamar, 1992: 33-34)

Dengan memperhatikan tujuan umum dan khusus bimbingan dan konseling Islam tersebut, dapatlah dirumuskan fungsi (kelompok tugas atau kegiatan sejenis) dari bimbingan dan konseling Islam itu sebagai berikut:

1. Fungsi *preventif*; yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
2. Fungsi *kuratif* atau *korektif*; yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.



3. Fungsi preservatif; yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama (*in state of good*).
4. Fungsi developmental atau pengembangan; yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya (Rahim, 2001: 37-41).

Untuk mencapai tujuan seperti disebutkan di muka, dan sejalan dengan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling Islam tersebut, maka bimbingan dan konseling Islam melakukan kegiatan yang dalam garis besarnya dapat disebutkan sebagai berikut:

1. Membantu individu mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakekatnya, atau memahami kembali keadaan dirinya, sebab dalam keadaan tertentu dapat terjadi individu tidak mengenal atau tidak menyadari keadaan dirinya yang sebenarnya. Secara singkat dapat dikatakan bahwa bimbingan dan konseling Islam "mengingat kembali individu akan fitrahnya.

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ  
لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ  
(الروم: 30)

Artinya: Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Allah); (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah

Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui. (Q.S. Ar Rum, 30: 30).

Fitrah Allah dimaksudkan bahwa manusia itu membawa fitrah ketauhidan, yakni mengetahui Allah SWT Yang Maha Esa, mengakui dirinya sebagai ciptaanNya, yang harus tunduk dan patuh pada ketentuan dan petunjukNya. Manusia ciptaan Allah yang dibekali berbagai hal dan kemampuan, termasuk naluri beragama tauhid (agama Islam). Mengenal fitrah berarti sekaligus memahami dirinya yang memiliki berbagai potensi dan kelemahan, memahami dirinya sebagai makhluk Tuhan atau makhluk religius, makhluk individu, makhluk sosial dan juga makhluk pengelola alam semesta atau makhluk berbudaya. Dengan mengenal dirinya sendiri atau mengenal fitrahnya itu individu akan lebih mudah mencegah timbulnya masalah, memecahkan masalah, dan menjaga berbagai kemungkinan timbulnya kembali masalah (Musnamar, 1992: 35).

2. Membantu individu menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, segi-segi baik dan buruknya, kekuatan serta kelemahannya, sebagai sesuatu yang memang telah ditetapkan Allah (nasib atau taqdir), tetapi juga menyadari bahwa manusia diwajibkan untuk berikhtiar, kelemahan yang ada pada dirinya bukan untuk terus menerus disesali, dan kekuatan atau kelebihan bukan pula untuk membuatnya lupa diri (Rahim, 2001: 39). Dalam satu kalimat singkat dapatlah dikatakan sebagai membantu individu tawakal atau berserah diri

kepada Allah. Dengan tawakal atau berserah diri kepada Allah berarti meyakini bahwa nasib baik buruk dirinya itu ada hikmahnya yang bisa jadi manusia tidak tahu.

... وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَأَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ (البقرة: 216)

Artinya: Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu dan boleh jadi juga kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedangkan kamu tidak mengetahui. (Q.S. Al Baqarah, 2 : 216).

بَلَى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ (البقرة: 112)

Artinya: (Tidak demikian) bahkan barang siapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedangkan ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati. (Q.S. Al Baqarah, 2 : 112).

إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَإِنْ يَخْذُلْكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرُكُمْ مِّنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ (آل عمران: 160)

Artinya: Jika Allah menolong kamu, maka tak adalah orang yang dapat mengalahkanmu. Jika Allah membiarkanmu (tidak memberi pertolongan), siapakah gerangan yang dapat menolong kamu (selain) dari Allah sesudah itu? Karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal. (Q.S. Ali Imran, 3 : 160).

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُبَوِّئَنَّهُمْ مِّنَ الْجَنَّةِ غُرَفًا تَجْرِي

مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا نِعَمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ {58} الَّذِينَ  
صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (العنكبوت: 58-59)

Artinya: Dan orang-orang yang beriman dan beramal saleh sesungguhnya akan Kami tempatkan mereka pada tempat-tempat yang tinggi di dalam surga yang mengalir sungai-sungai di bawahnya. Mereka kekal di dalamnya. Itulah sebaik-baik pembalasan bagi orang-orang yang beramal, yaitu yang bersabar dan bertawakkal kepada Tuhannya (Q..S. Al-Ankabut, 29: 58- 59).

3. Membantu individu memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapi saat ini. Kerap kali masalah yang dihadapi individu tidak dipahami si individu itu sendiri, atau individu tidak merasakan atau tidak menyadari bahwa dirinya sedang menghadapi masalah, tertimpa masalah. Bimbingan dan konseling Islam membantu individu merumuskan masalah yang dihadapinya dan membantunya mendiagnosis masalah yang sedang dihadapinya itu. Masalah bisa timbul dari bermacam faktor. Bimbingan dan konseling Islam membantu individu melihat faktor-faktor penyebab timbulnya masalah tersebut.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوا  
هُم وَإِنْ تَعَفُّوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ {14}  
إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ (التغابن: 14-15)

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya di antara isteri-isterimu dan anak-anakmu ada yang menjadi musuh bagimu, maka berhati-hatilah kamu terhadap mereka, dan

jika kamu memaafkan dan tak memarahi serta mengampuni (mereka) maka sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. Sesungguhnya hartamu, dan anak-anakmu hanyalah cobaan (bagimu), dan disisi Allah-lah pahala yang besar. (Q.S.At Tagabun, 64:14-15).

زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ  
مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ  
مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ (آل عمران: 14)

Artinya: Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (syurga). (Q.S. Ali Imran, 3 :14).

وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا (الفجر: 20)

Artinya: Dan kamu mencintai harta benda dengan kecintaan yang berlebihan. (Q.S. Al-Fajr.89:20).

Sumber masalah demikian banyaknya antara lain disebutkan dalam firman-firman Tuhan tersebut, yakni tidak selaras antara dunia dan akhirat, antara kebutuhan keduniaan dengan mental spiritual (*ukhrawi*). Dengan memahami keadaan yang dihadapi dan memahami sumber masalah, individu akan dapat lebih mudah mengatasi masalahnya (Rahim, 2001: 41).

### **BAB III**

## **KONSEP ZAKIAH DARADJAT DAN DADANG HAWARI TENTANG GANGGUAN MENTAL DAN PENANGGULANGANNYA**

### **3.1. Zakiah Daradjat**

#### **3.1.1. Biografi dan Karyanya**

Zakiah Daradjat, lahir di kota Marapak, IV Angkat, Bukit Tinggi, 6 November 1929. H. Zakiah adalah guru besar psikoterapi (perawatan jiwa), ahli pendidikan Islam, dan intelektual muslim yang banyak memperhatikan problematik remaja muslim Indonesia (Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, 1994: 285).

Pendidikan dasarnya dimulai di Bukit Tinggi (tahun 1942) sambil belajar di Madrasah Ibtidaiyah. Selanjutnya ia meneruskan studinya langsung ke kuliah Al Muballighat (setingkat SLTA) di Padang Panjang pada tahun 1947. SLTPnya ia peroleh secara extranei pada tahun 1947.

Selanjutnya Zakiah Daradjat meneruskan studinya di sekolah asisten apoteker (SAA), namun baru duduk ditingkat II, studinya terhenti karena terjadi clash kedua antara Indonesia dan Belanda, yang menyebabkan Prof. Zakiah Daradjat bersama keluarganya mengungsi ke pedalaman.

Di saat keadaan mulai aman, Zakiah ingin kembali meneruskan studinya di SAA, namun tidak terlaksana mengingat sekolah ini telah

bubur sehingga ia masuk SMA / B. Pada masa selanjunya ia melanjutkan studinya di Fakultas Tarbiyah Perguruan Tinggi Agama Islam Negeri (PTAIN) sekaligus di Fakultas Hukum Universitas Islam Indonesia (1955).

Ketika memasuki tingkat III Prof. Zakiah Daradjat dihadapkan pada dua pilihan, meneruskan di PTAIN atau di Fakultas UII. Ternyata ia memilih untuk melanjutkan studi di PTAIN. Ketika sedang mengikuti perkuliahan ditingkat IV ia mendapat beasiswa dari Departemen Agama untuk melanjutkan studi di Cairo. Ia mengambil spesialisasi Diploma *Faculty of Education, Ein Shams University*, Cairo dan memperoleh gelar *Magister* pada bulan oktober 1959 dengan tesis *The Problems of Adolescence in Indonesia* (Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, 1994: 285). Tesis ini banyak mendapat sambutan dari kalangan terpelajar dan masyarakat umum di Cairo waktu itu, sehingga seringkali menjadi bahan berita para wartawan. Zakiah Daradjat sendiri tidak tahu dengan pasti, apa yang menyebabkan masyarakat terpelajar Mesir tertarik akan isi tesisnya itu entah karena masalah yang dibahas itu cukup menarik bagi mereka, karena menyangkut Indonesia, yang belum banyak mereka kenal, sedangkan hubungan antara Republik Persatuan Arab dan Republik Indonesia waktu itu sedang erat-eratnya. Akan tetapi, besar kemungkinan yang menyebabkan mereka tertarik, adalah objek masalah yang diteliti dan diuraikan oleh tesis itu, yaitu problema remaja, yang bagi orang Mesir

waktu itu, memang sedang menjadi perhatian karena mereka sedang giat membangun, bahkan dalam kabinet Mesir waktu itu ada *Kementrian Pemuda* (Daradjat, 1974: 5).

Masa-masa berikutnya adalah masa berkiprah baginya baik dalam bidang pendidikan maupun dalam bidang birokrasi yang masih berkaitan dengan pendidikan sambil belajar di Program doktoral, ia sempat menjadi kepala Jurusan Bahasa Indonesia pada *Higher School for Language* di Cairo (1960-1963).

Setelah kembali ke Tanah Air ia diangkat menjadi pegawai tinggi Departemen Agama pusat pada Biro Perguruan Tinggi Agama (1964-1967). Selanjutnya ia menjadi Kepala Dinas Penelitian dan Kurikulum pada Direktorat Perguruan Tinggi Agama Departemen Agama RI (1972-1977).

Pada masa berikutnya ia menjadi Direktur Pembinaan Perguruan Tinggi Agama Islam Departemen Agama RI (1977-1984) dan anggota Dewan Pertimbangan Agung (DPA), 1983-1988. Tahun 1984-1992 ia dipercayakan menjadi dekan Fakultas Pascasarjana IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Di samping itu, ia menjadi pengajar tidak tetap di berbagai Perguruan Tinggi di Jakarta dan Yogyakarta. Ia aktif mengikuti seminar-seminar di dalam dan luar negeri serta aktif pula menjadi penceramah dalam berbagai lembaga pendidikan, di RII, dan di TVRI. Ia juga menjadi ketua umum Perhimpunan Wanita Alumni Timur Tengah (1993-1998).



Sebagai pendidik dan ahli psikologi Islam, ia mempunyai sejumlah pemikiran dan ide menyangkut masalah remaja di Indonesia. Bahkan, ia tercatat sebagai guru besar yang paling banyak memperhatikan problematik remaja, sehingga sebagian besar karyanya mengetengahkan obsesinya untuk pembinaan remaja di Indonesia.

Menurutnya, sekarang ini anak manusia sedang menghadapi suatu persoalan yang cukup mencemaskan kalau mereka tidak memperhatikan dengan sungguh-sungguh masalah akhlak atau moral dalam masyarakat. Ketentraman telah banyak terganggu, kecemasan dan kegelisahan orang telah banyak terasa, apabila mereka yang mempunyai anak remaja yang mulai menampakkan gejala kenakalan dan kekurangacuhan terhadap nilai moral yang dianut dan di pakai orang tua mereka.

Di samping itu ia melihat kegelisahan dan kegoncangan dalam banyak keluarga karena antara lain kehilangan keharmonisan dan kasih sayang. Banyak remaja yang enggan tinggal di rumah, senang berkeliaran di jalanan, tidak memiliki semangat belajar, bahkan tidak sedikit yang telah sesat (Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, 1994: 286).

Menurut Daradjat (1977: 48), sebab-sebab kemerosotan moral di Indonesia adalah : kurangnya pembinaan mental, dan orang tua tidak memahami perkembangan remaja; kurangnya pengenalan terhadap

nilai-nilai pancasila; kegoncangan suasana dalam masyarakat; kurang jelasnya masa depan di mata anak muda dan pengaruh budaya asing.

Untuk mengatasinya ia mengajukan jalan keluar, antara lain : melibatkan semua pihak (ulama, guru, orang tua, pemerintah, keamanan dan tokoh masyarakat); mengadakan penyaringan terhadap kebudayaan asing; meningkatkan pembinaan mental; meningkatkan pendidikan agama di sekolah, keluarga dan di masyarakat; menciptakan rasa aman dalam masyarakat; meningkatkan pembinaan sistem pendidikan nasional; dan memperbanyak badan bimbingan dan penyuluhan agama (Daradjat, 1977:60–78).

Pada tindakan nyata ia merealisasi obsesinya itu dalam bentuk antara lain kegiatan sosial dengan melakukan perawatan jiwa (konsultasi) setiap hari ia melayani empat sampai lima pasien masalah yang ditangani mulai dari kenakalan anak sampai gangguan rumah tangga. Ia aktif memberi bimbingan agama dan berbagai pertemuan pada remaja dan orang tua, giat mempersiapkan remaja yang baik dengan mendirikan Yayasan Pendidikan Islam Ruhama di Cireundeu Ciputat. Sementara dalam pengembangan ilmu ia aktif memberi kuliah; disamping sebagai dekan di Fakultas Pascasarjana IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dan membimbing penulisan disertasi tentang pendidikan.

Adapun karya-karya Daradjat yaitu diantaranya:

- 1). *Membina Nilai-nilai Moral di Indonesia.*

- 2). *Pembinaan Remaja.*
- 3). *Problema Remaja di Indonesia.*
- 4). *Perawatan Jiwa untuk Anak-Anak.*
- 5). *Islam dan Kesehatan Mental.*
- 6). *Kesehatan (untuk SD, empat Jilid).*
- 7). *Salat Menjadikan Hidup Bermakna.*
- 8). *Puasa Meningkatkan Kesehatan Mental.*
- 9). *Zakat Pembersih Harta dan Jiwa.*
- 10). *Haji Ibadah yang Unik.*
- 11). *Kebahagiaan, Remaja, Harapan dan Tantangan.*
- 12). *Doa Meningkatkan Semangat Hidup.*
- 13). *Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah*

### **3.1.2. Konsep Zakiah Daradjat tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya**

#### **3.1.2.1. Pengertian**

Menurut Daradjat, dari hasil berbagai penyelidikan dapat dikatakan bahwa gangguan mental adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik. Keabnormalan itu dapat dibagi atas dua golongan yaitu: gangguan jiwa (*neurose*) dan sakit jiwa (*psychose*).

### 3.1.2.2. Bentuk dan Fenomenanya

Keabnormalan itu terlihat dalam bermacam-macam gejala, yang terpenting di antaranya adalah : ketegangan batin (*tension*), rasa putus asa dan murung, gelisah/cemas, perbuatan-perbuatan yang terpaksa (*compulsive*), hysteria, rasa lemah dan tidak mampu mencapai tujuan, takut, pikiran-pikiran buruk dan sebagainya. Semuanya itu mengganggu ketenangan hidup, misalnya tidak bisa tidur nyenyak, tidak ada nafsu makan dan sebagainya (Daradjat, 1988: 33).

Menurut Daradjat (1979: 17), di antara gangguan perasaan yang disebabkan oleh karena terganggunya kesehatan mental ialah rasa cemas (gelisah), iri hati, sedih, merasa rendah diri, pemaarah, ragu (bimbang) dan sebagainya. Macam-macam perasaan itu mungkin satu saja yang menonjol, mungkin pula dua atau lebih, bahkan mungkin semuanya terdapat pada satu orang. Menurut Daradjat (1979: 64), Dari penelitian yang dilakukan terhadap pasien-pasien yang menderita *mental disorder* terbukti bahwa sebab-sebab yang terbesar terletak pada pendidikan yang diterimanya, terutama pendidikan waktu kecil yang dapat diuraikan sebagai berikut:

Sebenarnya dari dahulu agama dengan ketentuan dan hukum-hukumnya telah dapat membendung terjadinya gangguan kejiwaan, yaitu dengan dihindarkannya segala kemungkinan-kemungkinan sikap, perasaan dan kelakuan yang membawa kepada kegelisahan. Jika

terjadi kesalahan yang akhirnya membawa kepada penyesalan pada orang yang bersangkutan, maka agama memberi jalan untuk mengembalikan ketenangan batin dengan minta ampun kepada Tuhan. Dengan cara memberi nasehat dan bimbingan-bimbingan khusus dalam kehidupan manusia para pemimpin agama pada masa lalu telah berhasil memperbaiki moral dan memperhubungkan silaturahmi sesama manusia, sehingga kehidupan sayang-menyayangi jelas tampak dalam kalangan orang-orang yang hidup menjalankan agamanya (Daradjat, 2001: 67).

#### 3.1.2.3. Diagnosis Penyebabnya

Menurut Daradjat (2001: 67) setelah pengetahuan modern berkembang dengan cepatnya, sehingga segala keperluan hidup hampir tercapai, tampaknya manusia makin menjauh dari agamanya. Kehidupan yang rukun-aman dan cinta-mencintai mulai pudar dan menghilang sedikit demi sedikit, berganti dengan hidup bersaing, berjuang dan mementingkan diri sendiri. Keadaan hidup yang seperti ini membawa akibat yang kurang baik terhadap ketentraman jiwa dan akhirnya banyaklah manusia yang terganggu ketentraman batinnya dan kebahagiaan semakin jauh dari kehidupan orang. Bahkan berbagai penderitaan akan meliputi kehidupan, baik perasaan, pikiran, kelakuan atau kesehatan jasmani.

#### 3.1.2.4. Terapi atau Penanggulangannya

Dalam usaha untuk menanggulangi kesukaran-kesukaran yang

diderita orang-orang dalam masyarakat modern itu, bermacam-macam ilmu pengetahuan kemanusiaan berkembang cepat, terutama pada abad ke-XX ini. Dalam ilmu jiwa dan kedokteran jiwa muncullah ahli-ahli dengan teorinya masing-masing, yang semuanya bertujuan untuk mengembalikan kebahagiaan kepada tiap orang yang menderita itu. Bermacam-macam teori telah timbul dan telah menunjukkan jasanya, di antaranya ialah aliran "Psikhoanalisa" yang dipelopori oleh seorang Psikhiater bernama Sigmund Freud (1856—1939). Kemudian disusul oleh pengikut-pengikutnya yang terkenal antara lain: Jung, Adler dan Karen Homey (Daradjat, 2001: 68).

Dalam perawatan jiwa yang menggunakan teori psiko-analisa itu diperlukan pengetahuan ahli jiwa tentang segala pengalaman yang telah dilalui oleh penderita. Setelah itu barulah dibuat diagnosa dan kemudian therapi. Itulah sebabnya maka perawatan dengan cara ini memakan waktu yang-agak lama, terutama apabila penderita tidak mau berterus terang atau menolak menceritakan segala sesuatu yang pernah dialaminya. Di antara pendapat Freud yang tidak disetujui oleh pengikut-pengikutnya, yaitu teori "*Libido*" yang mendasarkan segala macam gangguan kejiwaan kepada dorongan-dorongan seks. Setiap aktivitas individu dihubungkan dengan seks, bahkan kesukaran anak-anak pun dihubungkan dengan seks.

Teori kedua dari perawatan jiwa yang tumbuh dan berkembang kemudian ialah teori "*Non Directive-Therapy*" yang dipelopori oleh

Carl Rogers. Perbedaan terpenting antara psikho-analisa dan *Non directive-therapy* ialah pada yang terakhir tidak dipentingkan penganalisaan lebih dulu terhadap semua pengalaman yang telah dilalui oleh penderita. Ahli jiwa menerima penderita sebagaimana adanya dan mulai perawatan langsung, atau dapat dikatakan bahwa diagnosa merupakan bagian dari perawatan. Teori ini mengakui bahwa tiap-tiap individu mampu menolong dirinya, apabila ia mendapat kesempatan untuk itu. Maka perawatan jiwa merupakan pemberian kesempatan bagi si penderita untuk mengenal dirinya dan problema-problema yang dideritanya serta kemudian mencari jalan untuk mengatasi (Daradjat, 2001: 68).

Dalam usaha untuk mengembalikan ketentraman batin dan kebahagiaan kepada setiap orang yang menderita, memang bermacam-macam usaha telah dilakukan dan telah menunjukkan hasil yang lumayan. Bidang ini berkembang dengan pesatnya di dunia Barat, karena penderitaan dan kesukaran-kesukaran batin telah memuncak dalam masyarakat modern yang telah menikmati hasil-hasil kemajuan teknik dalam kehidupan sehari-hari. Akan tetapi, suatu hal yang menjadi pertanyaan di dalam hati kita : apa sebab maka di negara yang telah maju dalam bidang perawatan jiwa itu justru banyak penderita gangguan kejiwaan? Apakah kemampuan ahli-ahli itu yang terbatas atautkah ada faktor-faktor lain yang menimbulkan gejala-gejala tersebut?

Menurut pengakuan Daradjat (2001: 69) pengalaman pengalamannya yang dilalui sendiri dalam menghadapi para penderita gangguan kejiwaan, yaitu sangat eratnya hubungan antara agama dan ketenangan jiwa dan betapa besar sumbangan agama dalam mempercepat penyembuhan. Ternyata agama mempunyai peranan yang sangat penting dalam perawatan jiwa. Karena masyarakat Barat telah meninggalkan hidup beragama, atau sekurang-kurangnya tampak acuh tak acuh terhadap agamanya, maka kesukaran-kesukaran batin atau kompleks-kompleks jiwa yang diderita itu memerlukan perawatan yang langsung diberikan oleh para ahli jiwa. Mereka secara individu kurang/tidak mampu menolong menentramkan batinnya, sedangkan kebutuhan hidup, kondisi masyarakat dan suasana lingkungan pada umumnya, lebih mendorong kepada kegelisahan dan rasa tidak puas.

Untuk menghadapi jumlah yang begitu besar dari para penderita, baik yang sadar ataupun tidak sadar bahwa mereka mempunyai problema jiwa, diperlukan ahli-ahli yang cukup banyak pula. Tentunya jumlah ahli-ahli itu masih jauh dari mencukupi. Sebaliknya kita mendengar betapa cepat menjalar dan berkembangnya model-model kelakuan dan sikap hidup yang merupakan pemantulan dari ketidak-tentraman jiwa. Misalnya pemuda-pemudi *hippies* yang meminta agar ada kebebasan bagi mereka untuk berhubungan seksuil semau-maunya, atau orang-orang yang mempunyai kecenderungan homoseks, disamping tidak merasakan kebahagiaan pada tiap-tiap



individu jadi masalahnya bukan masalah kemampuan ahli jiwa, akan tetapi masalah kebutuhan yang sangat meningkat.

Menurut Daradjat (2001: 69) jika diperhatikan kehidupan di negara kita ini, terutama kota-kota besar seperti Jakarta, Surabaya, Semarang dan sebagainya, maka akan ditemukan pula bermacam-macam gejala gangguan kejiwaan yang terdapat pada sebagian orang dalam masyarakat kota besar itu. Di antara mereka yang menderita itu ada yang dengan kesadaran sendiri datang kepada psikiater dan sebagian besar menolak untuk berhubungan dengan ahli jiwa, karena takut akan disangka sakit jiwa. Namun demikian masih banyak yang datang minta pertolongan para ahli dalam bidang kejiwaan atau kedokteran jiwa.

Berdasarkan pengalaman-pengalaman dalam menghadapi para penderita gangguan jiwa tersebut, ditemui bahwa di samping merawat mereka secara teknis ilmiah, perlu pula mereka didorong untuk berusaha menolong dirinya sendiri, terutama dalam melegakan perasaan hatinya. Untuk maksud ini ternyata bahwa agama mempunyai kekuatan yang besar dalam mempercepat kesembuhan penderita gangguan jiwa tersebut. Di samping itu terbukti pula bahwa seseorang yang kurang teguh pegangannya terhadap agama seringkali membawa kepada gangguan jiwa.

Unsur terpenting, yang membantu pertumbuhan dan perkembangan kejiwaan manusia adalah iman yang direalisasikan

dalam bentuk ajaran agama. Maka dalam Islam prinsip pokok yang menjadi sumbu kehidupan manusia adalah iman, karena iman itu yang menjadi pengendali sikap, ucapan, tindakan dan perbuatan. Tanpa kendali tersebut akan mudahlah orang terdorong melakukan hal-hal yang merugikan dirinya atau orang lain dan menimbulkan penyesalan dan kecemasan, yang akan menyebabkan terganggunya kesehatan jiwanya (Daradjat, 1983: 11).

Adapun obyek keimanan yang tidak akan berubah manfaatnya dan tidak akan pernah hilang, adalah keimanan yang ditentukan oleh agama. Dalam agama Islam, terkenal enam macam pokok keimanan (*arkanul iman*). Semuanya mempunyai fungsi yang menentukan dalam kesehatan mental seseorang. Kepercayaan tersebut ialah: iman kepada Allah, kepada hari akhirat, kepada malaikat, kepada kitab-kitab suci, kepada Nabi-nabi, dan iman kepada takdir (Daradjat, 1983: 14).

### **3.2. Dadang Hawari**

#### **3.2.1. Biografi dan Karya-karyanya**

Dadang Hawari, Psikiater, dilahirkan di Pekalongan pada tanggal 16 Juni 1940. Lulus pendidikan dokter (umum) di Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI) pada tahun 1965. Lulus pendidikan dokter ahli jiwa (psikiater) di FKUI pada tahun 1969. Pendidikan lanjutan di Inggris (*Program Colombo Plan*) di bidang Psikiatri Sosial/Kemasyarakatan pada tahun 1970-1971. Memperoleh gelar Doktor (*Cum Laude*) dalam Ilmu Kedokteran dengan judul

disertasi Pendekatan Psikiatri Klinis Pada Penyalahgunaan Zat di Fakultas Pasca Sarjana UI pada tahun 1990. Dikukuhkan sebagai Guru Besar Tetap FKUI pada tahun 1993 (Hawari, 2002: 275).

Pengalaman bekerja antara lain sebagai:

1. Staf Pengajar Psikiatri FKUI (1969)
2. Kepala Kesehatan Jiwa DKK-DKI (1972-1975)
3. Kepala Proyek Integrasi Kesehatan Jiwa di Puskesmas DKI (1973-1975)
4. Direksi Rumah Sakit Islam Jakarta (1972- 1978)
5. Pembantu Dekan III (Bidang Kemahasiswaan) FKUI (1977-1979)
6. Pembantu Rektor III (Bidang Kemahasiswaan) (1979-1982)
7. Guru Besar Tetap FKUI (1993)
8. Staf Pengajar Program Pasca Sarjana UI (1995)
9. Staf Pengajar Agama Islam FKUI (1997)
10. Staf ahli Bidang Narkotika BAKOLAK INPRES 6/71 (1993-2000)
11. Anggota BKPN (Badan Pertimbangan Kesehatan Nasional) Depkes RI (1994-1997)
12. Tim Ahli DP RI Komisi VI-VII-VIII - (1995-2000)
13. Drug Expert Colombo Plan (1995-)
14. Anggota Pleno MUI (Majelis Ulama Indonesia) Pusat (1995-2000)
15. Anggota PANWASLU (Panitia Pengawas Pemilu) Pusat (1999)
16. Staf Ahli BKNN (Badan Koordinasi Narkotika Nasional, 2000-2001)

17. Staf Ahli BNN (Badan Narkotika Nasional, 2001-)
18. Anggota Pleno MUI (Majelis Ulama Indonesia) Pusat (2000-2005)
19. Anggota Kolegium Psikiatri Indonesia (2001-). (Hawari,1991: 130).

Pengalaman organisasi antara lain sebagai:

1. Ketua PKBI (Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia) Jakarta (1966-1969)
2. Ketua Bidang Pendidikan PB IDI (1977-1980)
3. Ketua Umum PNPCh (Perhimpunan Neurologi, Psikiatri dan Neuro-Chirurgi) Pusat (1980-1984)
4. Ketua Umum IDAJI (Ikatan Dokter Ahli Jiwa Indonesia) periode 1988-1992
5. Ketua Umum IDAJI (Ikatan Dokter Ahli Jiwa Indonesia) periode 1992-1997
6. President AFMPH (ASEAN Federation for Psychiatry and Mental Health, 1993-1995)
7. International Member WFMH (World Federation for Mental Health, 1989-)
8. International Member WFSAD (World Fellowship for Schizophrenia and Allied Disorders, 1990-)
9. International Member WPA (World Psychiatric Association, 1993-)
10. International Member APA (American Psychiatric Association, 1993-)

11. International Member NIHR (National Institute for Healthcare Research, 2000)
12. International Member APNAB (Asia Pacific Neuroscience Advisory Board, 2000-)
13. International Member AHRN (Asia Harm Reduction Network, 2000-).

Adapun karya-karya ilmiah yang telah diterbitkan:

1. "Penyalahgunaan Narkotika dan Zat Adiktif". BP. FKUI, 1991

Dalam buku ini Dadang Hawari menguraikan secara khusus sebab-sebab terjadinya penyalahgunaan narkotika, akibatnya dan upaya penanggulangannya

2. "Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa Indonesia Menyongsong Hari Esok". UI Press, 1993

Buku ini mengungkapkan tentang kesehatan jiwa dan berbagai penyakit yang menjurus pada terganggunya kesehatan mental seseorang.

3. "Konsep Islam memerangi AIDS dan NAZA". Dana Bhakti Prima Yasa, Cetakan I, 1995; Cetakan XII, 1999

Dalam buku ini dijelaskan data-data statistik yang menggambarkan frekuensi anak remaja yang sudah kecanduan Narkotika dan seks bebas yang cenderung mendatangkan penyakit AIDS

4. "Al-Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa". Dana Bhakti Prima Yasa, Cetakan I, 1996; Cetakan X, 2001

Dadang Hawari dengan rinci menguraikan beberapa aspek kesehatan jiwa yang harus diketahui sebab-sebab terganggunya jiwa itu sendiri serta upaya memelihara kesehatan jiwa.

Penelitian yang telah dilakukan:

1. Pendekatan Psikiatri Klinis Pada Penyalahgunaan Zat (Tesis, 1990)
2. Angka Kesakitan dan Kematian Penderita Ketergantungan Narkotika Jenis Opiat/Heroin (1999)
3. Kelainan Paru dan Lever Pada Penderita, Ketergantungan Narkotika Jenis Opiat/Heroin (1999)
4. Angka Rawat Inap Ulang ("Kekambuhan/"Relapse") Pasien NAZA (2000)
5. Infeksi HIV Pada Penderita Ketergantungan Narkotika Jenis Opiat/Heroin (2000)

Penghargaan:

1. Medika Award (Maj'alah Kedokteran dan Farmasi, 1979)
2. M.H. Thamrin International Hospital Award, 2001 (Sistem Terpadu NAZA)
3. Bakti Ekatama Award (PKBI, 2002)

Dadang Hawari seringkali menjadi pembicara dalam berbagai pertemuan ilmiah di bidang kedokteran jiwa, kesehatan jiwa dan NAZA baik di dalam maupun di luar negeri dan juga pertemuan

ilmiah populer untuk awam. Menulis berbagai publikasi ilmiah dan populer di berbagai media cetak; dan sebagai narasumber di berbagai media elektronik (radio dan TV). (Hawari,1999:517)

Dalam aktivitas sehari-harinya di samping sebagai guru besar bidang psikiatri dan kesehatan mental, juga memberi *open house* dengan menerima dan membuka konsultasi mulai dari persoalan mental atau kejiwaan, perkawinan, masalah NAZA juga berbagai persoalan aktual lainnya yang berhubungan dengan spesialisasinya. Aktivitas itu ia tekuni dengan penuh rasa tanggung jawab sehingga setiap orang yang telah konsultasi merasa puas dan merasa tertampung seluruh keluhannya.

### **3.2.2. Konsep Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya**

#### **3.2.2.1. Pengertian**

Menurut Hawari (2006: ix) gangguan jiwa (*mental disorder*) merupakan salah satu dari empat masalah kesehatan utama di negara-negara maju, modern dan industri. Keempat masalah kesehatan utama tersebut adalah penyakit degeneratif, kanker, gangguan jiwa dan kecelakaan. Meskipun gangguan jiwa tersebut tidak dianggap sebagai gangguan yang menyebabkan kematian secara langsung, namun beratnya gangguan tersebut dalam arti ketidakmampuan serta invaliditas baik secara individu maupun kelompok akan menghambat pembangunan, karena mereka tidak produktif dan tidak efisien.

Menurut Hawari (1999: 430-434), orang yang tidak terganggu mentalnya adalah orang yang pikiran, perasaan serta perilakunya baik, tidak melanggar hukum, norma, moral dan etika kehidupan serta tidak merugikan orang lain. Apa yang dilakukannya selalu berpedoman pada *amar ma'ruf nahi munkar*, berlomba-lomba dalam kebajikan amal saleh, karena ia tahu benar dan yakin bahwa apa yang dilakukannya itu semua dicatat oleh Malaikat. Oleh karena itu ia selalu berhati-hati dalam bertindak.

#### 3.2.2.2. Bentuk dan Fenomenanya

Menurut Hawari (2002: 12-13) di pihak lain, Organisasi Kesehatan Sedunia (WHO, 1959) memberikan kriteria mental yang sehat, yaitu sebagai berikut.

1. Dapat menyesuaikan diri secara konstruktif pada kenyataan meskipun kenyataan itu buruk baginya.
2. Memperoleh kepuasan dari hasil jerih payah usahanya,
3. Merasa lebih puas memberi daripada menerima.
4. Secara relatif bebas dari rasa tegang dan cemas.
5. Berhubungan dengan orang lain secara tolong-menolong dan saling memuaskan.
6. Menerima kekecewaan untuk dipakainya sebagai pelajaran di kemudian hari.
7. Menjuruskan rasa permusuhan pada penyelesaian yang kreatif dan konstruktif.



#### 8. Mempunyai rasa kasih sayang yang besar.

Menurut Hawari (2002: 5) sehubungan dengan pentingnya dimensi agama dalam menanggulangi gangguan mental, maka pada tahun 1984 Organisasi Kesehatan se Dunia (WHO : *World Health Organization*) telah menambahkan dimensi agama sebagai salah satu dari 4 (empat) pilar kesehatan; yaitu kesehatan manusia seutuhnya meliputi: sehat secara jasmani/fisik (biologik); sehat secara kejiwaan (psikiatrik/psikologik); sehat secara sosial; dan sehat secara spiritual (kerohanian/agama). Dengan kata lain manusia yang sehat seutuhnya adalah manusia yang beragama, dan hal ini sesuai dengan fitrah manusia. Keempat dimensi sehat tersebut di atas diadopsi oleh *the American Psychiatric Association* dengan paradigma pendekatan *bio-psycho-socio-spiritual* (Hawari, 2002: 5).

Hawari berpendapat bahwa pentingnya peranan agama dan kesehatan mental telah diakui para pakar kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa diseluruh dunia. Untuk membuktikan kebenaran pendapatnya, ia menerangkan beberapa topik pembahasan yang berjudul *Psychiatry and Religion* dan *Mental Health and Religion* dalam berbagai kongres Internasional; misalnya pada *Ist Pan Pacific Conference on Drugs and Alcohol*, 1980 di Canberra, Australia; *World Congress of Mental Healt*, 1989 di Aukland, Selandia Baru dan 1990 di Tokyo, Jepang; *World Congress of the World Psychiatric Association*; 1989 di Athena, Yunani, dan 1993 di Rio de Janerio,

Brazil; *Annual Meeting of the American Psychiatric Association*, 1992 di Washington DC, 1993 di San Francisco, 1994 di Philadelphia, dan 1995 di Miami, Amerika Serikat; dan pada 5<sup>th</sup> *ASEAN Congress for Psychiatry and Mental Health*, 1995 di Bandung, Indonesia, dan 1996 di Bangkok, Thailand.

Hawari memperkuat pendapatnya dengan mengemukakan, dari berbagai penelitian para pakar dapat disimpulkan: (1) komitmen agama dapat mencegah dan melindungi seseorang dari penyakit, meningkatkan kemampuan mengatasi penyakit dan mempercepat penyembuhan (dengan catatan terapi medis diberikan sebagaimana mestinya); (2) agama lebih bersifat *protektif* (memberi perlindungan bagi pemeluknya yang beriman) dan pencegahan; (3) komitmen agama mempunyai hubungan yang signifikan dan positif dengan keuntungan klinis.

### 3.2.2.3. Diagnosis Penyebabnya

Dengan mengutip pendapat Larson, menurut Hawari bahwa dalam memandu kehidupan dan kesehatan manusia yang serba kompleks ini dengan segala keterkaitannya, komitmen agama merupakan faktor yang tidak dapat diabaikan.

Dalam perspektif Hawari, yang dimaksud peranan agama antara lain rukun iman yang berjumlah enam. Selanjutnya ia mengutip ayat al-Qur'an surat al-Fajr ayat 27-30

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (27) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً  
(28) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَادْخُلِي جَنَّاتِي (30)

Artinya: “Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridaiNya. Maka masuklah ke dalam surga-Ku” (Q.S. 89: 27-30). (Yayasan Penterjemah/pentafsir al-Qur’an, 1978:1059).

Dalam agama Islam, Rukun Iman ada 6, yaitu, (1) Iman kepada Allah SWT; (2) Iman kepada Malaikat; (3) Iman kepada para Nabi; (4) Iman kepada Kitab-Kitab; (5) Iman pada Hari Kiamat; (6) Iman pada Takdir.

Menurut Hawari, setiap orang Islam wajib mengimani keenam Rukun Iman tersebut di atas. Adakah dimensi kesehatan mental dalam Rukun Iman tersebut di atas? Hawari membuktikan pendapatnya dengan menguraikan satu persatu Rukun Iman yang berjumlah enam itu

#### 3.2.2.4. Terapi atau Penanggulangannya

##### 1. Iman Kepada Allah SWT

Firman Allah dalam surat Ar Ra’d ayat 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram” (Q.S.13:28).

Iman atau percaya bahwa Allah SWT itu ada, Pencipta alam semesta ini termasuk manusia sebagai makhluk-Nya, Tuhan Yang

Maha Esa, Maha Kuasa, Maha Pengasih, Maha Pengampun, Maha Adil, Maha Mengetahui, dan seterusnya; serta kepada-Nya kita semua kelak akan kembali, merupakan keimanan yang besar pengaruhnya bagi kesehatan mental manusia.

Salah satu kebutuhan utama manusia adalah kebutuhan akan rasa aman dan terlindung (*security feeling*). Menurutny, rasa aman dan terlindung ini tumbuh dan dirasakan sebagai suatu kekuatan spiritual dengan doa atau salat yang dilakukan 5 kali sehari semalam, belum lagi dengan salat sunnah lainnya. Dengan beriman kepada Allah SWT, berarti orang akan menjauhi larangan-Nya, dan melaksanakan apa yang diperintahkan, agar diperoleh keselamatan/kesejahteraan baik di dunia maupun di akhirat kelak. Orang yang beriman adalah orang yang selalu ingat kepada Allah SWT (*dzikrullah/zikir*), perasaan tenang, aman dan terlindung selalu menyertainya. Dalam menjalani kehidupan di dunia ini tiada yang perlu ditakutkan selain Allah SWT karena Allah SWT selalu memberikan petunjuk, taufik, serta hidayah-Nya; sehingga orang yang beriman itu senantiasa memperoleh bimbingan dan perlindungan-Nya.

Orang yang beriman akan malu berbuat sesuatu yang tidak baik/mungkar meski tiada satu orang lain pun yang mengetahui atau melihat atas perbuatannya itu. Bukankah Allah SWT Maha Mengetahui dan Maha Melihat? Kalau seseorang itu benar-benar beriman dalam arti sesungguhnya, menghayati dan mengamalkan apa

yang diimaninya itu bahwa Allah Maha Mengetahui dan Melihat, pastilah ia tidak akan berbuat yang melanggar hukum, moral dan etika kehidupan serta tidak merugikan orang lain. Keimanan inilah yang sebenarnya merupakan waskat (pengawasan melekat) dalam arti sesungguhnya. Kalau yang diminta untuk *waskat* tadi adalah sesama manusia untuk saling mengawasi, bukankah manusia dapat diajak kolusi? Keimanan kepada Allah SWT ini kalau benar-benar dihayati dan diamalkan besar manfaatnya bagi kesehatan mental manusia, rasa sejahtera (*well being*) akan di rasakan tidak hanya bagi perorangan, tetapi juga dirasakan bagi keluarga, masyarakat dan bangsa secara keseluruhan.

## 2. Iman Kepada Malaikat

Firman Allah dalam surah Qaaf ayat 17:

إِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ

Artinya: “Ketika dua orang malaikat mencatat amal perbuatannya, seorang duduk di sebelah kanan dan yang lain duduk di sebelah kiri” (Q.S.50:17).

وَإِنَّ عَلَيْكُمْ لَحَافِظِينَ (10) كِرَامًا كَاتِبِينَ (11) يَعْلَمُونَ مَا

تَفْعَلُونَ (12)

Artinya: “Padahal sesungguhnya bagi kamu ada (malaikat-malaikat) yang mengawasi (pekerjaanmu), yang mulia (disisi Allah) dan yang *mencatat* (pekerjaan-pekerjaan itu), mereka mengetahui apa yang kamu kerjakan”(Q.S.82:10-12).

Selanjutnya Hawari menguraikan, ilmu jiwa adalah ilmu yang mempelajari perilaku manusia; dan perilaku manusia itu merupakan manifestasi dari alam pikir dan alam perasaannya. Perilaku manusia

ini dalam perjalanan hidupnya di dunia seringkali melanggar “rambu-rambu”, moral dan etika dalam hubungannya dengan sesama manusia lainnya, yang pada gilirannya dapat merugikan dirinya dan juga orang lain. Dan, siapakah yang mengontrol, mencatat serta mengawasi apakah seseorang itu melakukan perbuatan yang baik buruk? Kalau yang di maksud itu juga sesama manusia, bukankah manusia juga dapat diajak kolusi? Di sinilah letak pentingnya keimanan kepada Malaikat makhluk Allah yang tidak dapat diajak kolusi. Bukankah pada setiap diri kita selalu di dampingi oleh dua Malaikat yang selalu terjaga tidak tidur meskipun kita tidur? Sejauh manakah kita beriman atau percaya bahwa disebelah kanan kita ada Malaikat yang selalu mencatat semua amal kebajikan, sedangkan di sebelah kiri kita ada Malaikat yang mencatat semua perilaku kita yang tidak baik? Semua catatan Malaikat itu merupakan penilaian (konduite) diri kita semasa hidup; yang akan dipertanggungjawabkan kelak pada Hari Pembalasan (Hari Kiamat).

Menurut Hawari, orang yang sehat mentalnya adalah orang yang pikiran, perasaan serta perilakunya baik, tidak melanggar hukum, norma, moral dan etika kehidupan serta tidak merugikan orang lain. Apa yang dilakukannya selalu berpedoman pada *amar ma'ruf nahi munkar*, berlomba-lomba dalam kebajikan amal saleh, karena ia tahu benar dan yakin bahwa apa yang dilakukannya itu semua dicatat oleh Malaikat. Oleh karena itu ia selalu berhati-hati dalam bertindak.

Iman kepada Malaikat, bila benar-benar dihayati dan diamalkan merupakan waskat (pengawasan melekat) dalam arti yang sesungguhnya, sebagaimana halnya iman kepada Allah SWT.

### 3. Iman Kepada Para Nabi

Firman Allah dalam surat Al Ahzab ayat 21:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ  
وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya: “ Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu( yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan ia banyak menyebut Allah”(Q.S.33:21).

Allah SWT mengutus para Nabi adalah untuk memperbaiki akhlak perilaku manusia. Nabi Mahammad SAW adalah Nabi penutup/terakhir yang merupakan suri teladan bagi umat manusia, yaitu bagi mereka yang mengharapkan rahmat Allah serta keselamatan di dunia dan di akhirat kelak. Hanya dalam waktu 23 tahun Nabi Muhammad SAW telah dapat merubah total masyarakat jahiliyah menjadi masyarakat yang adil dan makmur dengan rida Allah SWT. Kepemimpinan Nabi Muhammad SAW lanjut Dadang Hawari telah diakui oleh dunia sebagaimana dituliskan oleh Michael H. Hart (non muslim) dalam bukunya berjudul *Seratus Tokoh Yang Paling Berpengaruh Dalam Sejarah*; dan Nabi Muhammad SAW di tokohkan nomor 1 (satu) dari 100 tokoh dalam buku tersebut.

Selanjutnya Hawari memaparkan, bila kita telaah sejarah para Nabi–Nabi terdahulu sebagaimana dikisahkan dalam kitab suci Al Qur'an, dapat disimpulkan bahwa para Nabi adalah tokoh panutan bagi umatnya dalam zamannya. Nabi Muhammad adalah tokoh panutan terakhir bagi umat Islam hingga nanti pada akhir zaman. Salah satu ajaran Nabi Muhammad SAW adalah pengendalian diri; bahkan pernah dikatakan bahwa sesungguhnya peperangan terbesar di muka bumi ini adalah peperangan melawan hawa nafsu dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan salah satu asas kesehatan mental, yaitu bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu mengendalikan diri (self control) terhadap segala rangsangan, baik yang timbul dari lingkungannya (dunia luar) maupun yang datang dari dirinya sendiri.(dunia dalam)

Ambisi materi dan karier seseorang seringkali tidak mengindahkan hukum, norma, nilai dan etika kehidupan. Tidak jarang dijumpai bahwa untuk mencapai tujuannya itu orang menghalalkan segala cara yang justru bertentangan dengan hukum, norma, nilai dan etika dalam kehidupan berkeluarga, bermasyarakat dan berbangsa. Agama Islam yang dibawa Nabi Muhammad SAW adalah bukan sekedar agama yang ritual sifatnya, tetapi merupakan agama yang memberikan tuntunan bagi tatanan kehidupan berkeluarga, bermasyarakat, dan berbangsa serta bernegara.



#### 4. Iman Terhadap Kitab-Kitab

Firman Allah dalam surah az-Zukhruf ayat 4:

وَإِنَّهُ فِي أُمِّ الْكِتَابِ لَدَيْنَا لَعَلِيَّ حَكِيمٌ

Artinya : "Dan sesungguhnya Al Qur'an itu dalam induk Al-Kitab Lauh Mahfuzh disisi Kami, adalah benar-benar tinggi (nilainya) dan amat banyak mengandung hikmah" (Q.S.43:4).

Iman atau percaya terhadap kitab-kitab yang dibawa oleh para Nabi misalnya kitab Zabur, Taurat, Injil dan terakhir Al Qur'an merupakan satu dan keenam Rukun Iman. Al Qur'an merupakan buku petunjuk bagi umat manusia agar dalam kehidupan ini serasi, selaras dan seimbang dalam hubungannya dengan Tuhannya (*vertikal*), dengan sesama manusia dan lingkungan alam sekitarnya (*horizontal*).

Al Qur'an merupakan Kitabullah yang terakhir diturunkan melalui utusannya yang terakhir pula Nabi Muhammad SAW. Al Qur'an merupakan penyempurnaan dari Kitab-Kitab sebelumnya, ibaratnya buku merupakan edisi terakhir dan terlengkap serta tersempurna, karena isinya merupakan wahyu ilahi, bukan buah pikiran manusia, tiada seorang pun yang mencampuri dan selalu terjaga kesuciannya olehNya. Firman Allah dalam surah Yunus ayat 37:

وَمَا كَانَ هَذَا الْقُرْآنُ أَنْ يُفْتَرَى مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلَكِنْ تَصْدِيقَ الَّذِي بَيْنَ يَدَيْهِ وَتَفْصِيلَ الْكِتَابِ لَا رَيْبَ فِيهِ مِنْ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Artinya: "Tidaklah mungkin Al Qur'an ini dibuat oleh selain Allah" (Q.S. 10:37).

Firman Allah dalam surah Al Hijr ayat 9:

إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ

Artinya: Sesungguhnya Kamilah yang menurunkan Al-Qur'an dan sesungguhnya Kami benar-benar memeliharanya (Q.S. 15:9).

Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dapat membedakan mana yang halal dan mana yang haram, mana yang hak dan mana yang batil, mana yang baik dan mana yang buruk, mana yang boleh dan yang tidak, mana yang manfaat dan mana yang mudarat, dan lain sebagainya. Semua dimensi kehidupan manusia yang menyangkut aspek hukum, norma, nilai dan etika kehidupan termaktub dalam kitab suci Al Qur'an; serta petunjuk pelaksanaannya (juklak) terdapat dalam Al Hadis sebagaimana dicontohkan oleh Nabi Muhammad SAW. Bila para dokter selalu membaca "*textbook*" kedokteran guna menambah ilmunya untuk diamankan bagi kesehatan pasien; maka sesungguhnya Al Qur'an merupakan "*textbook* kesehatan mental terlengkap dan tersempurna di dunia. Bagi mereka yang mengerti menghayati dan mengamalkannya akan beroleh manfaat serta kesejahteraan lahir dan batin, selamat di dunia dan selamat pula di akhirat kelak.

## 5. Iman Terhadap Hari Kiamat

Firman Allah dalam surah Al Anbiyaa' ayat 47

وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَإِنْ  
كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَكَفَى بِنَا حَاسِبِينَ

Artinya: "Kami akan memasang timbangan yang tepat pada hari kiamat, maka tiadalah dirugikan seseorang barang sedikitpun. Dan jika (amalan itu) hanya seberat biji sawi pun pasti Kami mendatangkan (pahala) nya. Dan cukuplah Kami sebagai Pembuat perhitungan (Q.S. 21:47).

Iman atau percaya pada Hari Akhir atau Hari Kiamat mempunyai makna penting bagi orang-orang yang beriman. Pada hari itu setiap diri manusia akan menjalani proses "pengadilan" Allah SWT; di mana setiap diri mempertanggungjawabkan terhadap apa-apa yang telah diperbuatnya selama hidup di dunia. Hanya ada dua pilihan, yaitu surga bagi mereka yang beramal kebajikan, dan neraka bagi mereka yang berbuat kejahatan.

Hawari lebih lanjut mengatakan, suatu kenyataan yang tiada dapat dipungkiri, bahwa pengadilan manusia di dunia jauh dari rasa adil. Pelaksanaan hukum di dunia yang seharusnya tidak pandang bulu ternyata dalam prakteknya masih saja pandang bulu. Lagi pula masih banyak mereka yang berbuat kejahatan selama di dunia "lolos" dari pengadilan manusia. Tetapi kelak di akhirat pada Hari Kiamat tiada seorangpun dapat lolos dari "pengadilan" Allah SWT yang tidak pandang bulu.

Allah SWT tidak memandang hamba-Nya dari pangkat, kekayaan, kekuasaan, serta atribut-atribut keduniawian lainnya,

melainkan yang dilihat adalah hati mereka, iman dan takwa serta amal kebajikan selama menjalani masa kehidupan di dunia. Oleh karena itu bagi orang yang beriman tidak perlu merasa stres apabila diperlakukan tidak adil oleh sesama manusia selama hidup di dunia. Bukankah Allah SWT Maha Adil, Pengasih dan Penyayang ?

## 6. Iman Terhadap Takdir

Firman Allah dalam surat At Taubah ayat 105 :

وَقُلْ اَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللّٰهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ اِلٰى عَالَمِ  
الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Artinya: Dan katakanlah: "Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mu'min akan melihat pekerjaanmu itu dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang Mengetahui akan yang gaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan" (Q.S. 9:105).

## **BAB IV**

### **GANGGUAN MENTAL DAN PENANGGULANGANNYA**

#### **4.1. Analisis tentang Bentuk dan Fenomena Gangguan Mental**

##### **4.11 Konsep Daradjat tentang Gangguan Mental**

###### **a. Bentuk-Bentuk Gangguan Mental**

- 1) *Neurasthenia* yaitu gangguan jiwa yang ditandai dengan adanya kelelahan fisik dan mental yang kronis walaupun tidak ditemukan sebab-sebab fisik.
- 2) *Histeria* yaitu gangguan jiwa yang ditandai dengan ketidakstabilan *emosi, represi, disosiasi, dan sugestibilitas*.
- 3) *Psychastenia* yaitu semacam *gangguan* jiwa yang bersifat paksaan, yang berarti kurangnya kemampuan jiwa untuk tetap alam keadaan integrasi yang normal.
- 4) Gagap *berbicara (Stuttering)*. .
- 5) Ngompol (buang air yang tidak disadari).
- 6) Kepribadian psikopat yaitu ketidak mampuan menyesuaikan diri secara mendalam dan kronis.
- 7) Keabnormalan seksuil.

###### **b. Fenomena**

- 1) *Neurasthenia*. Fenomenanya: (seluruh badannya letih, tidak bersemangat, lekas payah walaupun sedikit tenaga yang dikeluarkan, perasaan tidak enak, lekas marah, apatis, acuh tak acuh terhadap persoalan, dan sangat sensitif terhadap suara keras atau cahaya

terang).

- 2) *Histeria*. Fenomenanya: (lumpuh *hysteria*, *cramp hysteria*, kejang *hysteria*, *mutism* (hilang kesanggupan berbicara), *amnesia* (hilang ingatan), *double personality* (kepribadian kembar), *fugue* (mengelana tidak sadar), *somnambulism* (berjalan-jalan sedang tidur).
- 3) *Psychastenia*. Fenomenanya : *phobia* (rasa takut yang tidak masuk akal, atau yang ditakuti tidak seimbang dengan ketakutannya). Penderita tidak mengetahui mengapa ia takut, seperti takut di tempat yang tinggi, takut di tengah-tengah keramaian, takut melihat darah, takut binatang kecil, dan sebagainya). *Obsesi* yaitu gangguan jiwa di mana penderita dikuasai oleh pikiran yang tidak dapat dihindari. *Kompulsi* yaitu gangguan jiwa yang disebabkan seseorang melakukan sesuatu, baik perbuatan tersebut masuk akal maupun tidak masuk akal. Apabila perbuatan tersebut belum dilakukan, maka orang tersebut akan menderita.
- 4) Gagap berbicara (*Stuttering*). Fenomenanya: penderita terputus-putus atau terulang-ulang dalam bicaranya.
- 5) Ngompol (buang air yang tidak disadari). Fenomenanya: dalam mimpinya penderita membuang air kecil, tetapi sebenarnya ia buang air kecil sungguhan.
- 6) Kepribadian psikopat. Fenomenanya: melimpahkan kesalahan kepada orang lain, tidak bertanggung jawab/egois, agresif, dan tidak peduli pada orang lain.

- 7) Keabnormalan seksuil. Fenomenanya: *onani* (masturbasi), *homo seksuil*, *sadism*.

#### 4.1.2 Konsep Dadang Hawari tentang Gangguan Mental

##### a. Bentuk-Bentuk Gangguan Mental

Menurut Hawari (2006: ix-xiv) salah satu bentuk gangguan mental yang terdapat di seluruh dunia adalah *skizofrenia*. *Schizophrenia* adalah gangguan mental yang sangat berat.

##### b. Fenomena

Gangguan ini ditandai dengan *fenomenanya*, seperti pembicaraan yang kacau, delusi, halusinasi, gangguan kognitif dan persepsi. Gejala-gejala negatif seperti *avolition* (menurunnya minat dan dorongan), berkurangnya keinginan bicara dan miskinnya isi pembicaraan, afek yang datar, serta terganggunya relasi personal.

#### 4.1.3 Analisis Komparatif

Apabila dibandingkan pendapat Daradjat dengan Hawari, ternyata uraian Daradjat terhadap gangguan mental dan fenomenanya lebih terperinci. Sedangkan Hawari hanya mengambil contoh yang paling populer dan terdapat di semua negara yaitu *skizofrenia*. Namun kedua tokoh itu memiliki kesamaan pandangan bahwa gangguan mental itu terbagi dua yaitu *neurosis* dan *psikosis*. *Neurosis* adalah gangguan jiwa yang penderitanya masih dalam keadaan sadar. Sebagaimana tersebut dalam pembahasan sebelumnya bahwa istilah *neurosis* pada awalnya kata tersebut berarti ketidakberesan dalam

susunan syaraf. Namun, setelah para ahli penyakit dan ahli psikologi menyadari bahwa ketidakberesan tingkah laku tersebut tidak hanya disebabkan oleh ketidakberesan susunan syaraf, tapi juga dipengaruhi oleh sikap seseorang terhadap orang lain, maka aspek mental (psikologi) dimasukkan pula dalam istilah tersebut.

Berbeda dengan *neurosis*, yang sadar akan gangguan yang dialaminya, orang yang menderita *psikosis* tidak mengetahui penderitaannya. Mereka bagaikan hidup dalam awang-awang, tidak sadar. Bagi orang lain, penderita *psikosis* lebih berat dari *neurosis*, tetapi bagi yang merasakan sendiri, *neurosis* lebih berat daripada *psikosis*, sebab penderita *psikosis* tidak merasakan apa yang dideritanya, sementara penderita *neurosis* merasakan penderitaan yang dialaminya, karena mereka masih hidup dengan kesadaran pikirannya.

Dari penjelasan tersebut, maka sebetulnya *skizofrenia* termasuk *psikosis* yang menurut versi Daradjat termasuk penyakit jiwa dan bukan lagi gangguan mental, karena keadaannya sudah berat atau parah. Sedangkan dalam versi Hawari, *skizofrenia* termasuk gangguan mental, meskipun gangguan mentalnya sudah berat.

#### **4.2. Analisis Diagnosis Penyebab Gangguan Mental**

Menurut Daradjat (1979: 64), dari penelitian yang dilakukan terhadap pasien-pasien yang menderita gangguan mental, terbukti bahwa sebab-sebab yang terbesar terletak pada pendidikan yang diterimanya, terutama pendidikan waktu kecil yang dapat diuraikan sebagai berikut:



Menurut Daradjat (1979: 64) dapat dikatakan, bahwa pendidikan itulah yang banyak menentukan hari depan seseorang: apakah ia akan bahagia atau menderita, apakah ia akan menjadi orang baik, atautkah akan menjadi jelatang masyarakat. Pendidikan pula yang akan menentukan apakah si anak nantinya akan menjadi orang yang cinta kepada tanah air dan bangsanya atautkah menjadi pengkhianat bangsa dan negara. Demikian pula tentang kepercayaan kepada Tuhan dan ketekunan beragama, ditentukan pula oleh macam pendidikan yang dilaluinya sejak kecil.

Atas dasar itu, hubungan antara pendidikan dan kesehatan mental sangat erat. Yang dimaksud dengan pendidikan dalam hal ini, ialah yang diterima si anak di rumah-tangga, sekolah dan masyarakat. Akan terlihat betapa besar pengaruh pendidikan itu atas kelakuan anak-anak, ada yang jadi nakal, keras kepala dan sebagainya. Dalam hal ini akan terlihat pula betapa pentingnya pendidikan agama dalam pembinaan kepribadian si anak.

Masalah anak-anak dan pendidikan adalah suatu persoalan yang amat menarik perhatian, terutama bagi ibu-ibu yang setiap hari menghadapi anak-anak yang membutuhkan didikan. Banyak ibu-ibu yang mengeluh apabila melihat hasil didikannya kurang menggembirakan. Banyak pula ibu yang kebingungan, tak tahu bagaimana cara menghadapi anak yang rewel, keras hati, keras kepala, nakal, sukar diatur waktu makan, tidur atau bermainnya. Bahkan ada ibu yang merasa sedih, karena anaknya sering sakit, lekas masuk angin, pertumbuhannya lambat, baik fisik ataupun mental.

Menurut Hawari, salah satu jenis gangguan mental yang merupakan permasalahan kesehatan di seluruh dunia adalah *schizophrenia*. Para pakar kesehatan jiwa menyatakan bahwa semakin modern dan industrial suatu masyarakat semakin besar pula stresor psikososialnya, yang pada gilirannya menyebabkan orang jatuh sakit karena tidak mampu mengatasinya. Penyebab *Schizophrenia* menurut penelitian mutakhir antara lain :

- 1 Faktor genetik;
- 2 Virus;
- 3 Auto antibody;
- 4 Malnutrisi.

Apabila pendapat Daradjat dan Hawari dibandingkan, maka dapat ditegaskan bahwa dalam Daradjat melihat corak pendidikan diwaktu kecil sebagai penyebab utama, sedangkan Hawari melihatnya dari sudut medis.

#### **4.3. Analisis Terapi dan Penanggulangan Gangguan Mental**

Menurut Daradjat, penanggulangan gangguan mental adalah dengan terapi religius dan medis. Demikian pula menurut Hawari bahwa penanggulangan gangguan mental tidak cukup hanya terapi medis tapi juga terapi religius.

Menurut Daradjat berdasarkan pengalaman-pengalaman dalam menghadapi para penderita gangguan jiwa tersebut, ditemui bahwa di samping merawat mereka secara teknis ilmiah, perlu pula mereka didorong untuk berusaha menolong dirinya sendiri, terutama dalam melegakan perasaan hatinya. Untuk maksud ini ternyata bahwa agama mempunyai kekuatan yang besar dalam mempercepat kesembuhan penderita gangguan

jiwa tersebut. Di samping itu terbukti pula bahwa seseorang yang kurang teguh pegangannya terhadap agama seringkali membawa kepada gangguan jiwa.

Unsur terpenting, yang membantu pertumbuhan dan perkembangan kejiwaan manusia adalah iman yang direalisasikan dalam bentuk ajaran agama. Maka dalam Islam prinsip pokok yang menjadi sumbu kehidupan manusia adalah iman, karena iman itu yang menjadi pengendali sikap, ucapan, tindakan dan perbuatan. Tanpa kendali tersebut akan mudahlah orang terdorong melakukan hal-hal yang merugikan dirinya atau orang lain dan menimbulkan penyesalan dan kecemasan, yang akan menyebabkan terganggunya kesehatan jiwanya (Daradjat, 1983: 11).

Adapun obyek keimanan yang tidak akan berubah manfaatnya dan tidak akan pernah hilang, adalah keimanan yang ditentukan oleh agama. Dalam agama Islam, terkenal enam macam pokok keimanan (*arkanul iman*). Semuanya mempunyai fungsi yang menentukan dalam kesehatan mental seseorang. Kepercayaan tersebut ialah: iman kepada Allah, kepada hari akhirat, kepada malaikat, kepada kitab-kitab suci, kepada Nabi-nabi, dan iman kepada takdir (Daradjat, 1983: 14).

Dalam perspektif Hawari, yang dimaksud peranan agama antara lain rukun iman yang berjumlah enam. Selanjutnya ia mengutip ayat al-Qur'an surat al-Fajr ayat 27-30

Menurut Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari, bila seseorang menjalankan dan menyakini serta menghayati rukun iman yang berjumlah

enam sangat mustahil mentalnya terganggu. Justru sebaliknya orang yang beriman bisa dipastikan memiliki mental yang sehat. Dari sini tampak kedua tokoh itu mempunyai pandangan yang tidak berbeda jauh dalam menanggulangi gangguan mental.

Dalam konteks ini peneliti sependapat dan mendukung pendapat kedua tokoh tersebut karena pemikirannya relevan dengan al-Qur'an dan Hadits. Alasan lainnya karena tidak ditemukan bukti bahwa orang yang imannya teguh serta menjalankan segala perintah Allah terkena gangguan mental. Dengan menyakini rukun iman yang pertama akan menimbulkan rasa cinta kepada Allah SWT. Kalau seseorang itu benar-benar beriman dalam arti sesungguhnya, menghayati dan mengamalkan apa yang diimaninya itu, pastilah ia tidak akan berbuat yang melanggar hukum, moral dan etika kehidupan serta tidak merugikan orang lain. Keimanan kepada Allah SWT ini jika dihayati dan diamalkan besar manfaatnya dalam menanggulangi gangguan mental seseorang. Orang yang beriman kepada Allah akan membuahkan hal-hal sebagai berikut:

- a. Membebaskan diri dari penguasaan orang lain
- b. Membesarkan hati dan menumbuhkan keberanian
- c. Menenangkan hati dan menentramkan mental

Manusia kadang takut dan cemas karena berbagai sebab. Orang beriman tidak kesal atau berkeluh kesah menghadapi apa yang sedang dialami dan tidak takut atau cemas menanti masa-masa datang. Ia menutup segala pintu ketakutan. Allah SWT berfirman:

هُوَ الَّذِي أَرْسَلَ رَسُولَهُ بِالْهُدَىٰ وَدِينِ الْحَقِّ لِيُظْهِرَهُ عَلَى الدِّينِ كُلِّهِ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ

شَهِيدًا

Artinya: Dialah yang telah menurunkan ketentraman di dalam hati orang-orang yang beriman supaya bertambah keimanannya di samping keimanan yang telah ada. Kepunyaan Allah lah tentara langit dan bumi. Dan Allah adalah Maha kaya dan Bijaksana (al-Fath: 48: 4)

Ayat tersebut menunjukkan seorang mukmin tidak pernah takut dalam arti sesungguhnya, kecuali kepada Allah. Pandangan, hatinya, kesadarannya selalu terikat pada Allah. Sebagai contoh peneliti memberikan ilustrasi tentang ketenangan Nabi Ibrahim as. setelah menghancurkan sesembahan orang-orang musyrik, dia ditakut-takuti akan kena bencana dari berhala itu. Nabi Ibrahim tidak gentar atau takut, bahkan hukuman bakar yang dijatuhkan ia hadapi dengan tenang, karena yakin akan pertolongan Allah. Maka Allah menunjukkan kekuasaannya. Api itu menjadi dingin dan tidak membakar Ibrahim as. (al-Anbiya' 21: 67-71).

Contoh lain, ketabahan dan kemantapan hati ibu Musa. Ia begitu tenang menghanyutkan buah hatinya di atas sungai atas petunjuk Allah. Ia yakin kepada janji-Nya untuk mengembalikan Musa kepada-Nya (al-Qashash 28: 7-13). Kalau bukan karena nikmat Allah dan anugerah-Nya, tentu untuk selanjutnya beliau akan hidup dalam kesempitan; kehilangan pribadi dan mungkin gila.

Kedua, imam kepada malaikat. Orang yang beriman kepada malaikat akan merasakan bahwa dirinya selalu diawasi oleh malaikat karena ada

malaikat yang selalu mencatat semua amal kebajikan, sedangkan di sebelah kiri kita ada malaikat yang mencatat semua perilaku kita yang tidak baik. Semua catatan malaikat itu merupakan penilaian diri kita semasa hidup; yang akan dipertanggung-jawabkan kelak pada hari pembalasan (hari kiamat).

Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang pikirannya, perasaan serta perilakunya baik, tidak melanggar hukum, norma, moral dan etika kehidupan serta tidak merugikan orang lain. Apa yang dilakukannya selalu berpedoman pada amar ma'ruf nahi mungkar, berlomba-lomba dalam kebajikan amal saleh, karena ia tahu benar dan yakin bahwa apa yang dilakukannya itu semua dicatat oleh malaikat. Oleh karena itu ia selalu berhati-hati dalam bertindak.

Orang mu'min percaya sepenuhnya adanya malaikat di alam ruh. Mereka selalu menyertai manusia dan mencatat amal-amalnya, termasuk segala kebaikan dan keburukan kita. Mereka bertindak dengan benar dan jujur; tidak kenal suap atau sogokan. Oleh karena itu menurut peneliti keimanan ini membangkitkan semangat mu'min untuk selalu berbuat baik di segala tempat dan waktu. Ia juga mendorong mu'min untuk menghampirkan diri kepada Allah dan malaikat-Nya, menyucikan hati dan membersihkan diri dari sifat-sifat yang tidak disukai Allah dan rasul-Nya.

Orang mu'min tahu, bahwa mengingkari eksistensi malaikat merupakan suatu kekafiran, dan siksa Allah atas kekafiran tidak mungkin ditebus dengan apapun. Allah SWT berfirman:

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا وَمَاتُوا وَهُمْ كُفَّارٌ فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْ أَحَدِهِمْ مِلْءُ الْأَرْضِ ذَهَبًا وَلَوْ افْتَدَى بِهِ  
أُولَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ وَمَا لَهُمْ مِنْ نَاصِرِينَ

Artinya: Bahwa mereka yang menjadi kafir, dan mati dalam kekafiran, tidaklah akan ada yang diterima dari siapapun di antara mereka emas sepenuh bumi, walaupun ia dengan itu hendak menebus dirinya. Bagi mereka itulah azab yang pedih dan bagi mereka tidak ada lagi pembela-pembela (Ali-Imran 3: 91)

Ketiga, iman terhadap kitab-kitab. Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dapat membedakan mana yang halal dan mana yang haram, mana yang hak dan mana yang bathil, mana yang baik dan mana yang buruk, mana yang boleh dan yang tidak, mana yang manfaat dan mana yang mudharat, dan lain sebagainya. Semua dimensi kehidupan manusia yang menyangkut aspek hukum, norma, nilai dan etika kehidupan termaktub dalam kitab suci al-Qur'an; serta petunjuk pelaksanaannya terdapat dalam al-Hadits sebagaimana dicontohkan oleh Nabi Muhammad SAW. Sedangkan al-Qur'an merupakan pembeda antara yang hak dan yang bathil, antara yang salah dan yang benar.

Iman kepada al-Qur'an mengandung kepercayaan akan kebenaran segala sesuatu yang tersurat di dalamnya. Segala aturannya sempurna, baik dan berlaku sepanjang zaman. Mu'min tidak berpendapat bahwa aturan Islam tidak tepat lagi diterapkan pada abad ini, atau berpandangan bahwa aturan Islam itu penyebab kemunduran, atau bahwa melaksanakan hukum Allah dalam memotong tangan pencuri, merajam pezina tak sesuai lagi di masa kini. Itu semua jauh dari pikiran orang mu'min. sebaliknya, ia akan

berusaha agar segala tuntutan al-Qur'an menjiwai seluruh segi kehidupan umat manusia di bumi Allah. Kenyataannya, memang, iman kita belum cukup kuat mendorong dan memberikan spirit untuk maju terus dengan al-Qur'an

Iman yang telah mantap di hati akan menumbuhkan sikap-sikap positif terhadap al-Qur'an. pertama, menumbuhkan rasa cinta sejati. Kedua, menumbuhkan gairah untuk membacanya, karena membaca al-Qur'an adalah ibadah. Ketiga, memberi inspirasi untuk mengambil pelajaran sebanyak-banyaknya darinya. Ia terpenggil untuk memahami isinya dengan kesiapan mental untuk menjalankan dan mengikuti aturan-aturannya serta menyampaikan kebenaran-kebenaran itu kepada orang lain. Ia bertambah-tambah imannya mendengar bacaan ayat-ayat-nya. Hatinya menjadi lembut, tenang dan penuh kedamaian.

Banyak cendekiawan Barat dan Timur masuk Islam lantaran menyaksikan keagungan al-Qur'an. jika seorang non muslim mempelajari al-Qur'an secara jujur, ia akan menemukan Islam sebagai jalan hidupnya. Betapapun luas dan dalamnya pengetahuan kaum orientalis tentang al-Qur'an, mereka tidak akan mendapat keuntungan hakiki, yakni hidayah iman, jika tetap menutup pintu hatinya. Dengan demikian al-Qur'an yang berisi berbagai petunjuk dalam meniti kehidupan yang penuh misteri ini akan menjadi penerang hati manusia dan dapat memelihara mental manusia dari segala kegoncangan hidup.



Keempat, Iman kepada para Nabi. Allah SWT mengutus para Nabi adalah untuk memperbaiki akhlak perilaku manusia. Nabi Muhammad SAW adalah Nabi penutup/terakhir yang merupakan suri tauladan bagi umat manusia, yaitu bagi mereka yang mengharapkan rahmat Allah serta keselamatan di dunia dan di akhirat kelak.

Salah satu ajaran Nabi Muhammad SAW adalah pengendalian diri, bahkan pernah dikatakan bahwa sesungguhnya peperangan terbesar di muka bumi ini adalah peperangan melawan hawa nafsu dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan salah satu asas kesehatan mental, yaitu bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu mengendalikan diri terhadap segala rangsangan, baik yang timbul dari lingkungannya maupun yang datang dari dirinya sendiri.

Agama Islam yang dibawa Nabi Muhammad SAW adalah bukan sekedar agama yang ritual sifatnya, tetapi merupakan agama yang memberikan tuntunan bagi tatanan kehidupan berkeluarga, bermasyarakat, dan berbangsa serta bernegara.

Iman kepada rasul membuka cakrawala pengetahuan tentang rasul-rasul yang diutus Allah kepada manusia sejak dahulu. Yaitu dari Nabi Adam berangsur-angsur hingga Nabi terakhir, Muhammad SAW. Ini mendorong muslim untuk lebih mengenal mereka satu persatu dari sumber-sumber yang dapat dipercaya, lalu mengetahui rangkaian mata rantai ajaran Islam dari rasul ke rasul dan tahap-tahap penyempurnaannya

Dengan mengetahui jejak rasul-rasul Allah, makin mantaplah keyakinan akan kesempurnaan Islam yang dibawa Nabi Muhammad SAW dan makin teguh berpegang pada ajaran Tuhan Yang Maha Sempurna. Selanjutnya berusaha meneladani jejaknya secara optimal lewat pendalaman sunnah-sunnah, baik berupa ucapan, sikap, tingkah laku, maupun putusan-putusannya terhadap langkah-langkah para sahabatnya: Allah SWT berfirman:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ  
وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya: “Sungguh, dalam diri rasulullah kamu mendapatkan teladan yang baik bagimu; bagi orang yang mengharap Allah dan hari kemudian, dan banyak mengingat Allah”. (al-Ahzab 33: 21).

Kelima, iman kepada hari akhir. Suatu kenyataan yang tidak dapat dipungkiri bahwa pengadilan manusia di dunia jauh dari rasa adil. Pelaksanaan hukum di dunia yang seharusnya tidak pandang bulu ternyata dalam prakteknya masih saja pandang bulu. Lagi pula masih banyak mereka yang berbuat kejahatan selama di dunia lolos dari pengadilan manusia. Tetapi kelak di akherat pada hari kiamat tidak ada seorangpun dapat lolos dari pengadilan Allah SWT.

Hari akhir itu mutlak. Kehancuran total meliputi seluruh isi alam. Segala yang ada mempunyai ujung atau batasnya, sebagaimana perputaran masa; dari zaman purbakala hingga masa penghabisan; saat kerusakan dan kehancuran. Gambaran hari akhir begitu dahsyat. Segala sesuatu telah ditata sedemikian rupa; tahap-tahap penghancuran langit dan bumi, penciptaan

bumi dan langit yang baru sebagai ajang persidangan semesta hingga masing-masing orang menghuni tempat yang layak berdasarkan keputusan mahkamah Maha Agung ini membuat kita mengerti dan bertambah yakin bahwa bagi masing-masing orang sekedar apa yang pernah ia usahakan dalam hidupnya. Bagi orang yang beriman tidak perlu merasa stres apabila diperlakukan tidak adil oleh sesama manusia selama hidup di dunia. Bukankah Allah SWT Maha Adil, Pengasih dan Penyayang?

Keenam, iman kepada taqdir. Iman atau percaya pada taqdir penting artinya dalam menanggulangi gangguan mental. Dengan iman pada taqdir ini orang tidak akan mengalami frustrasi dan stres. Manusia boleh berusaha tetapi Allah SWT yang menentukan. Dalam hidup ini terkadang sebuah harapan dan cita-cita jauh dari kenyataan, tak jarang kenyataan pahit mengiringi kehidupan manusia tak ubahnya pergantian siang dan malam. Namun demikian orang yang beriman kepada taqdir mentalnya akan tetap sehat manakala ditimpa sebuah cobaan atau ujian hidup. Ia percaya bahwa segala sesuatu terjadi atas izin Allah. Ia pun percaya bahwa tak seorangpun dapat menghalangi apa yang telah ditentukan Tuhan. Ia berhenti di situ saja berpikir tentang taqdir. Masalahnya, taqdir itu tidak mungkin dijangkau akal pikiran manusia. Manusia cuma bisa melihat kenyataan atau kepastian dari sesuatu yang telah terjadi. Di situ manusia baru bisa mengetahui taqdir baik dan buruk atas seseorang, dan baik buruknya taqdir Tuhan itu berdasarkan sunnah-Nya.

Tak seorangpun dapat menghalangi apa yang telah ditentukan Tuhan, namun sebelum ketentuan Tuhan itu menjadi kepastian, manusia berhak menentukan sesuatu untuk dirinya. Berdasar atas hak, kebebasan dan kesempatan untuk menentukan itu, manusia harus konsekuen dengan keputusannya. Justru karena itu manusia mu'min tidak sembarangan mengambil keputusan, karena setiap keputusan berakibat kepada dirinya. Keadaan demikian tidak membuat seorang mu'min apatis, bahkan sebaliknya. Timbullah semangat dan gairah untuk bekerja dan berusaha menggapai kebaikan-kebaikan.

Iman kepada taqdir menimbulkan keberanian, melahirkan kepahlawanan dan menumbuhkan kesanggupan menghadapi berbagai situasi. Apabila seseorang telah mengerti bahwa ia berada di pihak Tuhan, ia tidak akan mundur.

Iman kepada taqdir memberikan pelajaran bahwa sesuatu berjalan sesuai dengan kebijaksanaan yang telah digariskan oleh Zat Yang Maha Tinggi. Oleh karena itu, jika ia ditimpa sesuatu yang negatif, tidak menyesal. Sebaliknya, jika mendapat sesuatu yang menguntungkan, ia tidak bergembira sampai lupa daratan. Demikianlah yang dikehendaki Tuhan dalam kitab suci-Nya. Allah SWT berfirman:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (22) لَكُمْ لَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ (23)

Artinya: "Tiada suatu bencana yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (lauh mahfuzh)

sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah. (Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap Apa yang diberikan-Nya padamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri. (al-Hadiid 57:22-23)

Dari uraian di atas menunjukkan bahwa orang yang beriman kepada rukun iman yang berjumlah enam itu dengan sangat yakin serta penghayatan yang dalam maka bukan tidak mungkin bahkan merupakan kepastian bahwa mentalnya akan senantiasa sehat. Atas dasar itulah peneliti setuju dan mendukung konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya.

#### **4.4. Persamaan dan Perbedaan Konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya**

Persamaan konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya yaitu kedua tokoh itu mengakui bahwa tentang gangguan mental dan penanggulangannya adalah dengan agama, khususnya memperkuat keimanan. Dengan iman, maka menurut kedua tokoh itu dapat menanggulangi gangguan mental.

Adapun perbedaannya yaitu pertama, Zakiah Daradjat telah dengan baik dapat menjelaskan secara rinci tentang bagaimana caranya beriman kepada Allah Swt itu supaya betul-betul menenteramkan batin. Sedangkan Dadang Hawari tidak menjelaskan bagaimana caranya agar orang bisa dengan mudah mengimani rukun iman yang keenam itu. Disinilah seyogyanya Dadang Hawari menunjukkan tahap-tahap atau proses sehingga orang bisa menghayati rukun iman yang berjumlah enam itu. Terlepas dari

kekurangannya itu, kelebihan dan kepiawaian mempertautkan antara kesehatan mental dengan tauhid patut menjadi bahan kontemplasi bersama dan penelitian lebih lanjut.

Kedua, dalam perspektif Dadang Hawari untuk penanggulangannya di samping memperkuat keimanan juga dengan doa' dan zikir. Hal ini sebagaimana ia katakan:

Bagi pemeluk agama (Islam) doa dan dzikir merupakan salah satu bentuk komitmen keagamaan/keimanan seseorang. Doa adalah permohonan yang dimunajatkan ke hadirat Allah Swt, Tuhan Yang Maha Kuasa, Maha Pengasih, Maha Penyayang dan Maha Pengampun. Zikir adalah mengingat Allah Swt dengan segala sifat-sifat-Nya. Dengan demikian yang dimaksudkan dengan "Doa dan Zikir" adalah suatu amalan dalam bentuk kata-kata yang diucapkan secara lisan ataupun dalam hati yang berisikan permohonan kepada Allah Swt dengan selalu mengingat nama-Nya dan sifat-Nya. Pengertian "Zikir" tidak terbatas pada bacaan zikirnya itu sendiri (dalam arti sempit), melainkan meliputi segala bacaan, shalat ataupun perilaku kebaikan lainnya sebagaimana yang diperintahkan dalam agama. Dipandang dari sudut kesehatan mental, doa dan zikir mengandung unsur psikoterapeutik yang mendalam. Terapi psikoreligius tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan psikoterapi psikiatrik, karena ia mengandung kekuatan spiritual atau kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme. Dua hal ini, yaitu rasa percaya diri (*self confident*) dan optimisme merupakan dua hal yang amat esensial bagi penyembuhan suatu penyakit di samping obat-obatan dan tindakan medis lainnya (Hawari, 2002: 114).

Sedangkan Zakiah Daradjat menganggap cukup dengan iman pada rukun iman yang berjumlah enam. Dalam perspektif Zakiah Daradjat bahwa orang yang betul-betul beriman dan mewujudkannya dalam kehidupan sehari-hari maka secara otomatis hal lainnya seperti rukun Islam, zikir, do'a akan dijalankan dengan baik. Jadi dengan iman yang kuat maka yang lainnya hanya sebagai efek saja. Demikian pula dari sudut pendekatannya,

Dadang Hawari menggunakan pendekatan psikiatri dan agama, sedangkan Zakiah Daradjat pendekatannya agama dan psikologi.

#### **4.5. Konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang Gangguan Mental dan Penanggulangannya ditinjau dari Bimbingan dan Konseling Islam**

Ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam, bahwa implementasi konsep iman/tauhid dalam menanggulangi gangguan mental dapat dijelaskan: iman/tauhid merupakan intisari dari keyakinan seseorang tentang keberadaan Allah SWT. Dengan bertauhid menjadi petunjuk bahwa seorang muslim hanya mengakui Allah Yang Esa baik dari aspek tauhid rububiyah, tauhid ubudiyah, atau uluhiyah. Tauhid rububiyah mengandung arti bahwa seorang muslim mempunyai keyakinan yang kokoh, alam semesta dengan segala seisinya hanyalah ciptaan Allah SWT. Sedangkan tauhid ubudiyah atau uluhiyah berarti keyakinan yang bulat dalam beribadah hanya ditujukan kepada Allah SWT.

Keyakinan semacam ini bila ada pada diri seseorang akan memunculkan keyakinan berikutnya yaitu percaya kepada malaikat, kitab-kitab Allah, Rasul-rasul-Nya, hari kiamat, dan qadha qadar. Keyakinan yang sudah lengkap akan mendorong semangat beribadah guna mengamalkan *din al-Islam* lainnya yaitu *arkan al-Islam* yang lima mulai dari shalat, puasa, zakat dan haji. Apabila *arkan al-Islam* dan *arkan al-iman* diamalkan secara nyata, orang tersebut akan terhindar dari rasa cemas, rasa gelisah, ketakutan dan kekurangan harta dengan kata lain pengamalan dan penghayatan tauhid

tersebut akan menumbuhkan jiwa yang tenang, tuma'ninah, tawakkal, ridha, dan sebagainya. Kondisi seperti ini secara otomatis akan membangun mental manusia menjadi mental yang sehat.

Dari keterangan tersebut jelaslah konsep iman/tauhid dapat membangun mental yang sehat karena antara keduanya bagaikan mata rantai yang tak terpisahkan. Sedangkan relevansi konsep iman/tauhid dengan dalam penanggulangan gangguan mental menurut Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari dapat dijelaskan sebagai berikut: dengan Iman kepada Allah akan menimbulkan antara lain: pertama, membebaskan diri dari penguasaan orang lain; kedua, membesarkan hati dan menumbuhkan keberanian; ketiga, menenangkan hati dan menentramkan jiwa; keempat, menumbuhkan harapan dan optimisme.

Adapun iman kepada malikat adalah membangkitkan semangat mu'min untuk selalu berbuat baik disegala tempat dan waktu. Ia juga mendorong mu'min untuk menghampirkan diri kepada Allah dan malaikat-Nya, mensucikan hati dan membersihkan diri dari sifat-sifat yang tidak disukai Allah dan Rasul-Nya. Sedangkan Iman kepada kitab-kitab Allah mengandung hikmah di antaranya: pertama, menumbuhkan rasa cinta sejati; kedua, menumbuhkan gairah untuk membacanya, mengingat bahwa membaca Al-Qur-an itu adalah ibadah; ketiga, memberi inspirasi untuk mengambil pelajaran sebanyak-banyaknya dari-Nya. Ia terpenggil untuk memahami isinya dengan kesiapan mental untuk menjalankan dan mengikuti aturan-aturannya serta menyampaikan kebenaran-kebenaran itu



kepada orang lain. Iman kepada Rasul akan menumbuhkan keyakinan akan kesempurnaan Islam yang dibawa Nabi Muhammad SAW, dan makin teguh berpegang pada ajaran Tuhan Yang Maha Sempurna. Selanjutnya berusaha meneladani jejaknya secara optimal lewat pendalaman sunnah-sunnah baik berupa ucapan, sikap, tingkah laku, maupun putusan-putusannya terhadap langkah-langkah para sahabatnya.

Iman kepada hari akhir. Keyakinan adanya hari akhir mendorong mu'min memilih perbuatan-perbuatan baik ketimbang perbuatan buruk yang tak ada nilainya sama sekali dihadirat Tuhan, bahkan hanya mengurangi berat timbangan amal baik dihari perhitungan, yang mengantarkan ke lembah *Hawiyyah*. Adapun iman kepad takdir akan menimbulkan keberanian, melahirkan kepahlawanan dan menumbuhkan kesanggupan menghadapi berbagai situasi. Apabila seseorang telah mengerti bahwa ia berada dipihak Tuhan, ia tidak akan mundur.

Penjelasan di atas dapat ditunjukkan bahwa implementasi konsep tauhid ternyata dapat memberikan kontribusi bagi terciptanya kondisi mental yang sehat. Kesehatan mental yang dimaksud bukan terbatas pada makna kesehatan mental yang bersifat psikologis, tetapi juga meliputi seluruh dimensi manusia baik fisik, psikhis, maupun spiritual.

Oleh karena itu, bila dilihat dari perspektif bimbingan konseling Islam, maka konsep iman/tauhid dalam menanggulangi gangguan mental menurut kedua tokoh tersebut sangat relevan dengan tujuan bimbingan konseling Islam yaitu membantu individu sebagai klien yang belum atau

sudah terkena masalah menjadi manusia seutuhnya dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Dengan kata lain, tujuan akhir bimbingan dan konseling Islam adalah membantu klien, yakni orang yang dibimbing agar mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap muslim. Kebahagiaan hidup duniawi, bagi seorang muslim hanya merupakan kebahagiaan yang sifatnya sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama, sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan abadi yang sangat banyak

Kebahagiaan akhirat akan tercapai bagi semua manusia jika dalam kehidupan dunianya selalu mengingat Allah. Oleh karena itulah Islam mengajarkan hidup dalam keseimbangan, keselarasan dan keserasian antara kehidupan di dunia dan di akhirat.

Bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan yang diberikan kepada *klien* oleh *konseli* untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya. Menurut Islam, manusia dilahirkan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama Islam. Bimbingan dan konseling membantu *klien* untuk mengenal dan memahami fitrahnya sebagai manusia yang sempurna dan menghayatinya. Dengan demikian manusia akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akherat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya itu.

Manusia yang hidup di dunia betapapun hebatnya tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu bimbingan dan konseling Islami diperlukan selama hayat masih dikandung badan. Kesepanjang hayatan bimbingan dan konseling ini, selain dilihat dari kenyataan hidup manusia, dapat pula dilihat dari sudut pendidikan. Bimbingan dan konseling merupakan bagian dari pendidikan, sedangkan pendidikan itu sendiri berasaskan pendidikan seumur hidup karena belajar menurut Islam wajib dilakukan oleh semua orang Islam tanpa membedakan usia.

Manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah ruhaniah. Bimbingan dan konseling Islam memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah ruhaniah tersebut tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk ruhaniah semata. Bimbingan dan konseling Islami membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniyah dan ruhaniah.

Ruhaniah manusia memiliki unsur daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu serta juga akal. Kemampuan ini merupakan sisi lain kemampuan fundamental potensial untuk mengetahui, menganalisis dan menghayati. Bimbingan dan konseling Islami menyadari keadaan kodrati manusia tersebut, dan dengan berpijak pada firman-firman Tuhan serta hadits Nabi, membantu klien atau yang dibimbing memperoleh keseimbangan diri dalam segi mental rohaniah

tersebut. Orang yang dibimbing diajak untuk mengetahui apa-apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa-apa yang perlu dipikirkannya, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi juga tidak menolak begitu saja. Kemudian diajak memahami apa yang perlu dipahami dan dihayatinya telah berdasarkan pemikiran dan analisis yang jernih diperoleh dari keyakinan tersebut. Orang yang dibimbing diajak untuk menginternalisasikan norma dengan menggunakan semua kemampuan ruhaniah potensialnya tersebut, bukan Cuma mengikuti hawa nafsu.

Bimbingan dan Konseling Islami, berlangsung pada citra manusia. Islam memandang bahwa seorang individu merupakan suatu eksistensi tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial ruhaniannya.

Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini diakui dan diperhatikan dalam bimbingan dan konseling Islami. Pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan terhadap dirinya sendiri dan orang lain, rasa memiliki dan dimiliki, semuanya merupakan aspek-aspek yang diperhatikan di dalam bimbingan dan konseling Islami, karena merupakan ciri hakiki manusia. Dalam bimbingan dan konseling Islami, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme), namun hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial. Jadi bukan pula liberalisme, dan masih ada pula hak alam yang harus dipenuhi manusia sebagai prinsip ekosistem, begitu pula dengan hak Tuhan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa persamaan dan perbedaan pandangan Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari terlihat sebagaimana dalam tabel berikut:

### GANGGUAN MENTAL

No.	Zakiah Daradjat	Dadang Hawari
1	Penyebabnya - Pendidikan diwaktu kecil - Keluarga yang tidak harmonis - Lemahnya iman -	Penyebabnya - Faktor genetik dan virus - Auto antibody - Malnutrisi
2	Penanggulangan dengan: - Menanamkan rukun iman Menciptakan lingkungan keluarga yang kondusif - Memulihkan kepercayaan dirinya	Penanggulangan dengan: - Terapi medis - Terapi religius - Menanamkan rukun iman yang berjumlah enam
3	<p>Persamaan</p> <p>Persamaan konsep Daradjat dan Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya yaitu kedua tokoh itu mengakui bahwa tentang gangguan mental dan penanggulangannya adalah dengan agama, khususnya memperkuat keimanan.</p> <p>Perbedaannya</p> <p>Pertama, Daradjat telah dengan baik dapat menjelaskan secara rinci tentang bagaimana caranya beriman kepada Allah Swt itu supaya betul-betul menenteramkan batin. Sedangkan Dadang Hawari tidak menjelaskan bagaimana caranya agar orang bisa dengan mudah mengimani rukun iman yang keenam itu. Perbedaan lainnya yaitu pendekatan yang digunakan. Dilihat dari perspektif bimbingan konseling Islam, maka konsep iman/tauhid dalam menanggulangi gangguan mental menurut kedua tokoh tersebut sangat relevan dengan tujuan bimbingan konseling Islam yaitu membantu individu sebagai klien yang belum atau sudah terkena masalah menjadi manusia seutuhnya dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.</p>	



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan uraian dari bab satu sampai dengan bab empat sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Menurut Daradjat, penanggulangan gangguan mental adalah dengan terapi religius dan medis. Demikian pula menurut Hawari bahwa penanggulangan gangguan mental tidak cukup hanya terapi medis tapi juga terapi religius. Menurut Daradjat, untuk menanggulangi gangguan mental adalah dengan mempertebal keimanan. Menurut Hawari, gangguan mental (*mental disorder*) merupakan salah satu dari empat masalah kesehatan utama di negara-negara maju, modern dan industri. Keempat masalah kesehatan utama tersebut adalah penyakit degeneratif, kanker, gangguan jiwa dan kecelakaan. Meskipun gangguan jiwa tersebut tidak dianggap sebagai gangguan yang menyebabkan kematian secara langsung, namun beratnya gangguan tersebut dalam arti ketidakmampuan serta invaliditas baik secara individu maupun kelompok akan menghambat pembangunan, karena mereka tidak produktif dan tidak efisien. Menurut Hawari dari berbagai penelitian yang telah dilakukan oleh para pakar dapat disimpulkan bahwa untuk menanggulangi gangguan mental adalah melalui pelaksanaan rukun iman yang berjumlah enam dan melalui pengamalan lima rukun Islam.

2. Persamaan konsep Daradjat dan Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya yaitu kedua tokoh itu mengakui bahwa tentang gangguan mental dan penanggulangannya adalah dengan agama, khususnya memperkuat keimanan. Adapun perbedaannya yaitu pertama, Daradjat telah dengan baik dapat menjelaskan secara rinci tentang bagaimana caranya beriman kepada Allah Swt itu supaya betul-betul menenteramkan batin. Sedangkan Dadang Hawari tidak menjelaskan bagaimana caranya agar orang bisa dengan mudah mengimani rukun iman yang keenam itu. Perbedaan lainnya yaitu pendekatan yang digunakan. Dilihat dari perspektif bimbingan konseling Islam, maka konsep iman/tauhid dalam menanggulangi gangguan mental menurut kedua tokoh tersebut sangat relevan dengan tujuan bimbingan konseling Islam yaitu membantu individu sebagai klien yang belum atau sudah terkena masalah menjadi manusia seutuhnya dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

## **5.2 Saran-saran**

Dengan memperhatikan konsep Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari tentang gangguan mental dan penanggulangannya, maka komitmen agama, khususnya mengimplementasikan rukun iman yang berjumlah enam, maka dapat menanggulangi gangguan mental. Atas dasar itu, konsep kedua tokoh hendaknya dapat dijadikan pedoman dalam menanggulangi gangguan mental. Pedoman tersebut sangat berguna baik bagi konselor, masyarakat maupun kalangan akademisi.



### **5.3 Penutup**

Seiring dengan karunia dan limpahan rahmat yang diberikan kepada segenap makhluk manusia, maka tiada puji dan puja yang patut dipersembahkan melainkan hanya kepada Allah SWT. Dengan hidayahnya pula tulisan sederhana ini dapat diangkat dalam skripsi yang tidak luput dari kekurangan dan kekeliruan. Menyadari akan hal itu, bukan suatu kepura-puraan bila penulis mengharap kritik dan saran menuju kesempurnaan tulisan ini.

## DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Aziz El Qussy, Abdul, 1974. *Ususush An-Nafsiyah*, (alih bahasa) Zakiah Darajat, *Pokok-Pokok Kesehatan Jiwa*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Adz-Dzaky, M. Hamdani Bakran. 2002. *Konseling dan Psikoterapi Islam Penerapan Metode Sufistik*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Arifin, M. 1994, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*. Jakarta: PT Golden Terayon Press.
- Bastaman, Hanna Djumhanna. 1997. *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Daradjat, Zakiah , 1976. *Peran Agama dalam Kesehatan Mental*, Jakarta: Bulan Bintang.
- , 1982. *Islam dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung
- , 1982. *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*, Jakarta: Bulan Bintang.
- , 1982. *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung
- Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam. 1994. *Ensiklopedi Islam*, Jakarta: PT.Ichtiar Baru Van Hoeve.
- El Quusiy, Abdul Aziz, 1974, *Pokok-pokok Kesehatan Mental/Jiwa*, Jakarta: Bulan Bintang, jilid I
- Faqih, Aunur Rahim. 2002. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press.
- Hawari, Dadang, 1999. *Al-Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Dana Bhakti Primayasa.
- , 2002. *Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi*, Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- , 2006. *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa*, Jakarta: Fakultas Kedokteran UI.
- Jalaluddin. 2004. *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Jaya, Yahya. 1995. *Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*, Jakarta: CV Ruhama.

- Kartono, Kartini. 1985, *Seri Psikologi Terapan 1, Peranan Keluarga Memandu Anak*, Jakarta: CV Rajawali.
- , 1992, *Psikologi Wanita Mengenal Wanita Sebagai Ibu & Nenek*, jilid 2, Bandung: Mandar Maju.
- , 1995, *Psikologi Anak*, Bandung: Mandar Maju.
- , dan Jenny Andari, 1989, *Hygine Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, Bandung: CV. Mandar Maju.
- Khallaf, Abd al-Wahhab. 1978. *‘Ilm Usul al-Fiqh*, Kuwait: Dar al-Qalam.
- Langgulang, Hasan. 1986. *Teori-Teori Kesehatan Mental*, Jakarta: Pustaka Al-Husna.
- M.Al-Isawi, Abdurrahman. 2005. *Islam & Kesehatan Jiwa*, Jakarta: Pustaka al-Kautsar
- Mubarok, Achmad. 2000. *Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern: Jiwa dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Paramadina.
- Mujib, Abdul, Yusuf Mudzakir, 2001, *Nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Muslim, Imam. Tth. *Sahîh Muslim*, Mesir: Tijariah Kubra.
- Musnamar, Thohari, (eds), 1992, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Bimbingan dan Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Press.
- Muzhar, Atho. 2004. *Pendekatan Studi Islam dalam Teori dan Praktek*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nasution, Harun. 1985. *Islam Ditinjau dari Berbagai Aspeknya*, jilid 1, Jakarta: UI Press.
- Notosoedinjo, Moeljono dan Latipun. 2002. *Kesehatan Mental*, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Prayitno, Erman Amti, 2004, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sutardjo A.Wiramihardja. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*, Bandung: Refika Aditama.
- Tim Penulis IAIN Syarif Hidayatullah. 1992. *Ensiklopedi Islam Indonesia*, Jakarta: Djambatan, Anggota IKAPI.

W.E. Maramis. 1980. *Ilmu Kedokteran Jiwa*, Surabaya: Airlangga University Press.

Walgito, Bimo, 1989, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Yogyakarta: Andi Offset

Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur'an. 1986. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Jakarta: Depag RI.

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Awaludin Haris  
NIM : 1101024  
Tempat / tgl. lahir : Kendal, 9 November 1980  
Alamat Asal : Desa Wonorejo RT 02 RW. Kaliwungu Kendal  
Pendidikan : - SDN Wonorejo Kendal lulus th.1993  
- SMPN Wonorejo Kendal lulus th. 1996  
- SMU Muhammadiyah Kaliwungu lulus th. 1999  
- Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Penyuluhan  
Islam IAIN Walisongo Semarang angkatan 2001

Demikian daftar riwayat hidup pendidikan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan harap maklum adanya.

**Awaludin Haris**

